Revista del

Consumidor

QUÉ HACER SI

¿VIAJAS EN AUTOBÚS?

PROFECO HACE VALER TUS DERECHOS

FINANZAS PERSONALES

PLANEA BIEN TUS GASTOS ESTE AÑO

CUIDA LO QUE TRABAJAS

ESTUDIO DE CALIDAD · ESTUDIO DE CALIDAD · ESTUDIO DE CALIDAD · ESTUDIO DE CALIDAD

CHOCOLATE DE MESA

2022
UN AÑO PARA TODAS
Y TODOS

COCINA DE VERACRUZ
PLATILLO SABIO

CHOCOLATE
HISTORIA Y EVOLUCIÓN DEL CACAO MEXICANO

¡SE LOGRÓ!
TASA 0% EN IVA PARA PRODUCTOS DE GESTIÓN MENSTRUAL

ENE. 2022
539
ISSN 0185-8874

TASA 0%
EN ARTÍCULOS DE HIGIENE MENSTRUAL
¡LO LOGRAMOS!
QU CHO

ECONOMÍA | PROFECO

Revista del Consumidor

Ricardo Sheffield
Procurador Federal del Consumidor

David Aguilar Romero
Coordinador General de Educación y Divulgación

Diana F. Piedra Flores
Directora General de Difusión

Víctor Alfredo Carrizal Pérez
Director Editorial

Tania Ovalle Rodríguez
Editora en Jefe

Roberto Paz Amaya
Editor Gráfico

Azul Rocío Ramírez
Redactora

Alejandro Sánchez Velasco
Maricarmen Tovar Rodríguez
Diseño

Ernesto Casas Monroy
Departamento de Comunicación Digital

Consejo Editorial

Surit Berenice Romero Domínguez
Francisco Javier Chico Goerne Cobián
José Agustín Pineda Ventura
Cuauhtémoc Villareal Martínez
José de Jesús Montaño Barragán
Maricela Juárez Herrera
Cassem Gerardo Velázquez Grunstein
Diego Sandoval Ventura
Ricardo de la Peña Gutiérrez

www.gob.mx/profeco

@Profeco
@RdelConsumidor
@ProfecoOficial
@RevistaDelConsumidorMX
@revistadelconsumidormx
/ProfecoTV

Las marcas utilizadas en la Revista del Consumidor son con fines informativos y/o comparativos, de conformidad a lo dispuesto por la **Ley Federal de Protección a la Propiedad Industrial.**

EDITORIAL

Para que este 2022 los excesos económicos del maratón "Guadalupe-Reyes" no te pasen factura, en esta edición, en *Finanzas Personales*, te explicaremos la mejor forma de manejar tu dinero y planifiques muy bien los pagos y gastos que aún se avecinan.

En *De Temporada* hablamos sobre el cacao, pues uno de los *Estudios de Calidad* es sobre chocolate de mesa y polvos para preparar chocolate, que en este día de Reyes será el complemento ideal para acompañar la rosca. Con la *Tecnología Doméstica* aprenderás a preparar un delicioso chocolate en agua y en la sección *En Números* encontrarás datos sobre el cacao y el chocolate y la gran importancia que tienen para México.

Las freidoras de aire, un electrodoméstico que promete cocinar usando el mínimo de grasas, fueron puestas a prueba por el Laboratorio Nacional de Protección al Consumidor (LNPC). De esta manera sabrás si realmente te conviene y si en efecto son una opción para comer más sano. Y hablando de comer más sano, en la sección *A Cuidarnos* conocerás la importancia de alimentarte adecuadamente para conservar la salud y prevenir enfermedades.

Este año continuamos con nuestra labor de proporcionarte toda la información que necesitas para ser un consumidor informado, preocupado por su economía, salud y bienestar.

Empecemos juntos este nuevo ciclo y estas nuevas ediciones.

Ricardo Sheffield
Procurador

Colaboradores

Alicia Virginia Vidal Martínez
Alma Meade Ruelas
Antonio Reyes Luna
Carlos Cárdenas Ocampo
Carlos Enrique García Soto
Edgar Araiza Escalera
Eduardo Rodríguez Nospango
Elia Marlene Segura Segura
Erika Castillo Escobedo
José Rodríguez Magos
José Luis Sandoval
Karina del Carmen Anguiano Chávez
Leobardo Lara
María Guadalupe Velasco Rodríguez
Nancy Ortiz Ávila
Noel Díaz Ortega
Víctor Saúl Herrera Silva

SUMARIO

De Temporada
4
CACAO

Reporte Especial
6
EL VERDADERO CHOCOLATE

Tecnología Doméstica Profeco
46
CHOCOLATE EN AGUA

Brújula de Compra
78

SEGUROS DENTALES

Finanzas Personales
82
PLANEACIÓN FINANCIERA PARA TODO EL AÑO

Qué Hacer Si
84

VIAJA TRANQUILO EN AUTOBÚS

Para Saber
88

TASA CERO EN PRODUCTOS DE GESTIÓN MENSTRUAL

Entorno Digital
94
TU HUELLA EN INTERNET

Nadie Afuera
98

DIVERSIDAD LINGÜÍSTICA EN MÉXICO

Gente Grande
100
PROGRAMAS DEL INAPAM PARA ADULTOS MAYORES

A Libro Abierto
102

CIENCIA PARA TODOS

Platillo Sabio Profeco
72
UN PEDACITO DE VERACRUZ

Consumo Responsable
86
LA COMPENSACIÓN ES TU DERECHO

A Cuidarnos
96

LA SALUD DESDE LA ALIMENTACIÓN

En Números
104
CACAO Y CHOCOLATE

10 CHOCOLATE PARA MESA Y POLVOS PARA PREPARAR BEBIDAS SABOR CHOCOLATE
Para que realmente tomes chocolate, te decimos lo que encontramos.

48 Freidoras de aire
Conoce al electrodoméstico de moda que promete cocinar con el mínimo de grasa.

...Consume... CACAO esta temporada

Conoce al grano que le da vida al chocolate

Tiempo de lectura: 2 minutos 30 segundos.

Proviene del árbol del cacao, cuyo nombre científico es *Theobroma Cacao L*. El comienzo del cultivo del cacao se sitúa en nuestro país y en zonas de América Central. Los vestigios más antiguos de su uso –o de los que tenemos conocimiento– datan aproximadamente del año 1500 a. C. Gracias a la evidencia arqueológica encontrada en Cerro Manatí, Veracruz, sabemos que los grupos olmecas de aquella época ya elaboraban una bebida a base de cacao que era utilizada en contextos religiosos.

USOS

- Su cáscara se da como alimento al ganado bovino, las cenizas de la cáscara se utilizan como abono.
- La pasta o licor de cacao se utiliza para hacer chocolate.
- La manteca de cacao se utiliza para elaborar confitería, en la industria farmacéutica y en la industria cosmética para fabricar productos como labiales, cremas humectantes, jabones, champús, entre otros.
- Se utiliza en pasteles, helados y galletas, también en bebidas alcohólicas y no alcohólicas.

PROPIEDADES Y BENEFICIOS

- Es un poderoso antioxidante.
- Ayuda a estabilizar niveles de glucosa y apetito.
- Estimula el sistema nervioso.
- Aporta grasas monoinsaturadas, las cuales reducen los niveles de colesterol.

Los mayores productores son:

- Tabasco
- Chiapas
- Guerrero

ALGUNAS VARIEDADES

Criollo

Se cultiva principalmente en México, Guatemala y Nicaragua (en pequeñas cantidades), Venezuela, Colombia, islas del Caribe, Trinidad, Jamaica, Isla de Granada, Madagascar Java e Islas Comores. Posee un amargor suave, ácido y afrutado. Esta variedad se suele utilizar para bombones y chocolatería fina, así como piezas de artesanía repostera y chocolates varietales para su degustación y cata.

Forastero

Se cultiva principalmente en Perú, Ecuador, Colombia, Brasil, Guayanas, Venezuela, Costa de Marfil, Ghana, Camerún y Santo Tomé y Príncipe. Son granos fuertes y amargos, ligeramente ácidos. Se utiliza para la producción conocida como de consumo popular.

Trinitario

Se cultiva en países donde se encuentra la variedad criolla. Es una variedad híbrida entre el cacao forastero y el criollo e incorpora aspectos de estas variedades. Es afrutado y perfumado, tiene un amplio rango de sabores y es persistente en la boca.

COMPRA Y CONSERVACIÓN

- Las semillas de cacao se pueden comprar tostadas o crudas.
- Guárdalas en un recipiente hermético de vidrio y en un lugar oscuro, fresco y seco

Fuentes

- Cacao, de la época prehispánica para el mundo, en https://www.gob.mx/firco/es/articulos/cacao-de-la-epoca-prehispanica-para-el-mundo?idiom=es. Consultado el 23 de noviembre del 2021.
- Cacao, riqueza del campo mexicano, en https://www.gob.mx/agricultura/es/articulos/cacao-riqueza-del-campo-mexicano?idiom=es. Consultado el 23 de noviembre del 2021.
- ¿Cuáles son los tipos de cacao?, en https://gourmetdemexico.com.mx/comida-y-cultura/tipos-de-cacao/
- Los mil y un usos del cacao, en https://www.gob.mx/agricultura/es/articulos/los-mil-y-un-usos-del-cacao. Consultado el 23 de noviembre del 2021.
- Los tipos de cacao, en https://www.afuegolento.com/articulo/los-tipos-cacao/17/. Consultado el 23 de noviembre del 2021.
- Panorama Agroalimentario 2020, en https://nube.siap.gob.mx/gobmx_publicaciones_siap/pag/2020/Atlas-Agroalimentario-2020. Consultado el 23 de noviembre del 2021.

REPORTE ESPECIAL

EL VERDADERO CHOCOLATE

Conoce cómo ha evolucionado el cacao mexicano alrededor del mundo.

Tiempo de lectura: 5 minutos.

¿Qué es el Cacao?

- La palabra "cacao" deriva del náhuatl *cacahoatl* o *cacahuatl* que significa "jugo amargo".
- Es un cultivo originario del sur de México.
- En la época prehispánica tuvo un valor simbólico, por ejemplo, según el *Popol Vuh* (libro sagrado de los mayas), el árbol del cacao era considerado uno de los cuatro árboles cósmicos situados en los rumbos del universo.

- El cacao proviene de una fruta de origen tropical que nace del cacaotero, un árbol pequeño que crece en ambientes tropicales.
- Las semillas de cacao son grandes, del tamaño de una almendra, de sabor amargo y están recubiertas por una pulpa blanca.
- Los aztecas llamaban *xocolatl* a una bebida elaborada a partir de cacao, la cual era apreciada por su sabor y valor estimulante.
- En aquella época la semilla de cacao se usó como moneda.

El Cacao y sus Derivados

Cocoa

Es la torta de cacao transformada en polvo.

Pasta de cacao o licor

Es el producto que se obtiene de la molienda del cacao, fermentado o no, tostado, descascarillado y sin eliminar o agregar ninguno de sus constituyentes que puede tratarse químicamente.

Manteca de cacao

Es el producto semisólido que a temperatura ambiente es de aspecto graso, de color blanco o ligeramente amarillento. Se obtiene por extracción mecánica o por medio de solventes al procesar las semillas del árbol *Theobroma cacao L.*

Bebidas Preparadas a Base de Cacao

Bupu
Tradicional del Istmo de Tehuantepec, se prepara con atole blanco, canela, cacao, pétalos de icacaloxúchitl y otras flores del Istmo.

Pozol
Bebida fermentada elaborada a base de maíz molido, hojas de plátano y cacao y endulzado con azúcar de caña.

Champurrado
Hecho con masa para nixtamal, agua y tablillas de chocolate.

Tanchuca
Preparado a base de maíz, anís y chocolate.

Popo
Originaria del sur de Veracruz, se elabora con cocolmeca, cacao, arroz, cáscara de yuca, raíz de chupipe y se endulza con azúcar.

Tascalate
Hecha con cacao, maíz o tortilla, achiote, canela y azúcar.

Tejate
Bebida tradicional oaxaqueña que se prepara a base de hueso tostado de mamey, maíz tostado y molido, cacao fermentado, rosita de cacao y azúcar.

El cacao es el principal ingrediente del chocolate.

El Cacao en México

- 5 de cada 1000 kg de cacao que se producen en el mundo se cosechan en México.

- En el año 2020 ocupamos, a nivel mundial, el 14° lugar como productor de este grano con 28,452 toneladas.

- Nuestro país exporta cacao a: Estados Unidos, Bélgica, Japón, Países Bajos, Dinamarca, Reino Unido, Nueva Zelanda, Canadá, China y Colombia.

- 99% de la producción nacional proviene de Tabasco y Chiapas.

REPORTE ESPECIAL

CHOCOLATE

Origen del Chocolate

- Al parecer, el origen de esta palabra sigue en duda. El Diccionario de la Lengua Española indica que deriva del náhuatl *xocoatl: xoco* (amargo) y *atl* (agua).
- Con la Conquista, a la bebida *xocoatl* se le añadieron nuevos ingredientes.
- Al pasar el tiempo, el cacao se comenzó a procesar más allá de la bebida.

Diferencia entre el chocolate mexicano y el europeo

Sin duda el chocolate es ahora uno de los productos más populares a nivel mundial. Te damos algunas características que diferencian a nuestro chocolate del europeo:

Chocolate Mexicano

Antiguamente se consumía el cacao en agua con vainilla o chile. Actualmente, el típico chocolate mexicano se elabora con granos de cacao tostados y molidos con ingredientes como vainilla, canela, nuez moscada, pimienta gorda e incluso chiles. Lo más seguro es que las tablillas de chocolate mexicano que encuentres tengan un aspecto rústico.

Chocolate Europeo

Con la llegada de los españoles, el cacao se mezcló con otros ingredientes como leche y azúcar. Hoy en día, contrario al chocolate mexicano, el chocolate europeo tiene una textura más suave y las variedades oscuras tienen un sabor más intenso.

Contenido de Manteca de Cacao

Independientemente del tipo de chocolate de que se trate, la grasa del producto no debe contener grasa vegetal diferente a la manteca de cacao en una proporción mayor al 5%.

Tipos de Chocolate

La composición del chocolate varía dependiendo de los ingredientes con los que sea elaborado. De acuerdo a la cantidad de manteca del cacao es el tipo de chocolate.

Producto	Manteca de cacao total	Cocoa desgrasada totalmente	Sólidos totales de cacao	Grasa butírica total	Sólidos totales de leche	Sólidos totales de cacao y leche	Grasa vegetal diferente a la manteca de cacao*
Chocolate	≥ 18.0%	≥ 4.0%	≥ 35.0%	—	—	—	≤ 5.0%
Chocolate amargo	≥ 22.0%	≥ 18.0%	≥ 40.0%	—	—	—	≤ 5.0%
Chocolate semiamargo	≥ 15.6%	≥ 14.0%	≥ 30.0%	—	—	—	≤ 5.0%
Chocolate con leche	≥ 20.0%	≥ 2.5%	≥ 25.0%	≥ 2.5%	≥ 14.0%	≥ 40.0%	≤ 5.0%
Chocolate con alto contenido de leche	≥ 17.0%	≥ 2.5%	≥ 20.0%	≥ 5.0%	≥ 20.0%	≥ 40.0%	≤ 5.0%
Chocolate con leche descremada	≥ 20.0%	≥ 2.5%	≥ 20.0%	≥ 0.5%	≥ 14.0%	≥ 40.0%	≤ 5.0%
Chocolate blanco	≥ 20.0%	—	≥ 20.0%	≥ 3.5%	≥ 14.0%	≥ 34.0%	≤ 5.0%
Chocolate para mesa	≥ 11.0%	≥ 9.0%	≥ 20.0%	—	—	—	≤ 5.0%
Chocolate para mesa semiamargo	≥ 15.6%	≥ 14.0%	≥ 30.0%	—	—	—	≤ 5.0%
Chocolate para mesa amargo u oscuro	≥ 22.0%	≥ 18.0%	≥ 40.0%	—	—	—	≤ 5.0%
Chocolate en polvo	≥ 1.8%	—	≥ 18.0%	—	—	—	≤ 5.0%

NOM-186-SSA1/SCFI-2013 Cacao, chocolate y productos similares, y derivados del cacao. Especificaciones sanitarias. Denominación comercial.

El 13 de septiembre se celebra el Día Internacional del Chocolate.

Fuentes
- Atlas Agroalimentario 2020, en https://nube.siap.gob.mx/gobmx_publicaciones_siap/pag/2020/Atlas-Agroalimentario-2020. Consultado el 10 de octubre del 2021.
- Arqueología Mexicana. Del Cacao al Chocolate, en https://arqueologiamexicana.mx/mexico-antiguo/del-cacao-al-chocolate. Consultado el 10 de octubre del 2021.
- Directo al paladar. ¿Qué diferencia al chocolate mexicano del chocolate europeo?, en https://www.directoalpaladar.com.mx/ingredientes-y-alimentos/que-diferencial-al-chocolate-mexicano-chocolate-europeo. Consultado el 10 de octubre del 2021.
- Financiera Nacional de Desarrollo Agropecuario, Rural, Forestal y Pesquero. (2020). Del campo a tu paladar, el cacao, un cultivo tradicional. Consultado el 10 de octubre del 2021.
- Gourmet de México. Diferencias cocoa y cacao, en https://gourmetdemexico.com.mx/comida-y-cultura/diferencias-cocoa-cacao/. Consultado el 10 de octubre del 2021.
- Larousse Cocina. Chocolate, en https://laroussecocina.mx/palabra/chocolate/. Consultado el 10 de octubre del 2021.
- México Desconocido. La historia del chocolate y su leyenda, en https://www.mexicodesconocido.com.mx/chocolate-historia-y-leyenda.html. Consultado el 10 de octubre del 2021.
- NOM-186-SSA1/SCFI-2013, en https://www.dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5332832&fecha=17/02/2014. Consultado el 10 de octubre del 2021.

CHOCOLATE PARA MESA Y POLVOS PARA PREPARAR BEBIDAS SABOR CHOCOLATE

Para que realmente tomes chocolate, te decimos lo que encontramos.

Tiempo de lectura: 15 minutos.

Revisamos algunos de estos productos, ya que es importante que sepas cuánta azúcar contienen. Además, cuando se preparan bebidas sabor chocolate ¿se necesitan endulzar? Conoce los resultados y consume informado.

FICHA TÉCNICA

Periodo del estudio:del 30 de agosto al 12 de noviembre del 2021.
Periodo de adquisición de producto: del 30 de agosto al 19 de septiembre del 2021.
Marcas analizadas: 32.
Pruebas realizadas: 516.

NORMATIVIDAD

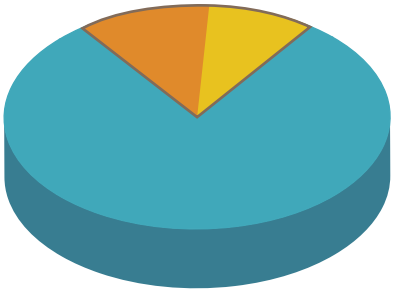
- **NOM-002-SCFI-2011**. Productos preenvasados-Contenido Neto. Tolerancias y Métodos de Verificación.
- **NOM-051-SCFI/SSA1-2010**. Especificaciones generales de etiquetado para alimentos y bebidas no alcohólicas preenvasados-Información comercial y sanitaria.
- **NOM-186-SSA1/SCFI-2013**. Cacao, chocolate y productos similares, y derivados del cacao. Especificaciones sanitarias. Denominación comercial. Métodos de prueba.
- **NOM-086-SSA1-1994**. Bienes y servicios. Alimentos y bebidas no alcohólicas con modificaciones en su composición. Especificaciones nutrimentales.

SABOR A CHOCOLATE CON COCOA
60% Menos Azúcar
CAL·C·TOS
90 años contigo
Choco Milk
HÁBITOS SALUDABLES desde la infancia
Choco
EXCESO CALORÍAS
EXCESO AZÚCARES
SECRETARÍA DE SALUD
Calidad de Don Gustavo
REDUCIDO EN AZÚCAR
Great Value
CHOC
EN POLVO
Chocolate en polvo granulado
Rinde más
Cuidado Diario con Estevia
DON GUSTAVO
Chocolate en Polvo Granul
10% MÁS PRODUCTO GRATIS
VITAMIN CHOCO
Wongs
La Original
Vaquita
Nestlé
Nesquik
OPTI-START
precissimo
30% CACAO
MOCTEZUMA
40% CACAO
Chocolate para mesa
ABUELITA
CHOCOLATE PARA MESA, REDUCIDO EN AZÚCAR
Original
CHOCOLATE PARA MESA
precissimo
EXCESO GRASAS SATURADAS
Sabor a Chocolate para Mesa
CONT. NET. 200 g

¿QUÉ SON?

Chocolate de Mesa

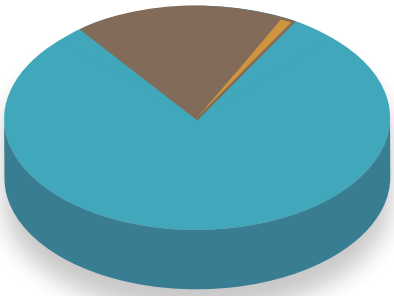
Es un producto elaborado con azúcares, pasta de cacao y aditivos.



De cacao debe tener mínimo:
- 20% incluyendo
  - 11% de grasa de cacao
  - 9% de cocoa desengrasada.

Chocolate en Polvo

Es un producto elaborado con azúcares, mezcla de cocoa (que se obtiene a partir de la torta de cacao transformada en polvo) y otros ingredientes opcionales.



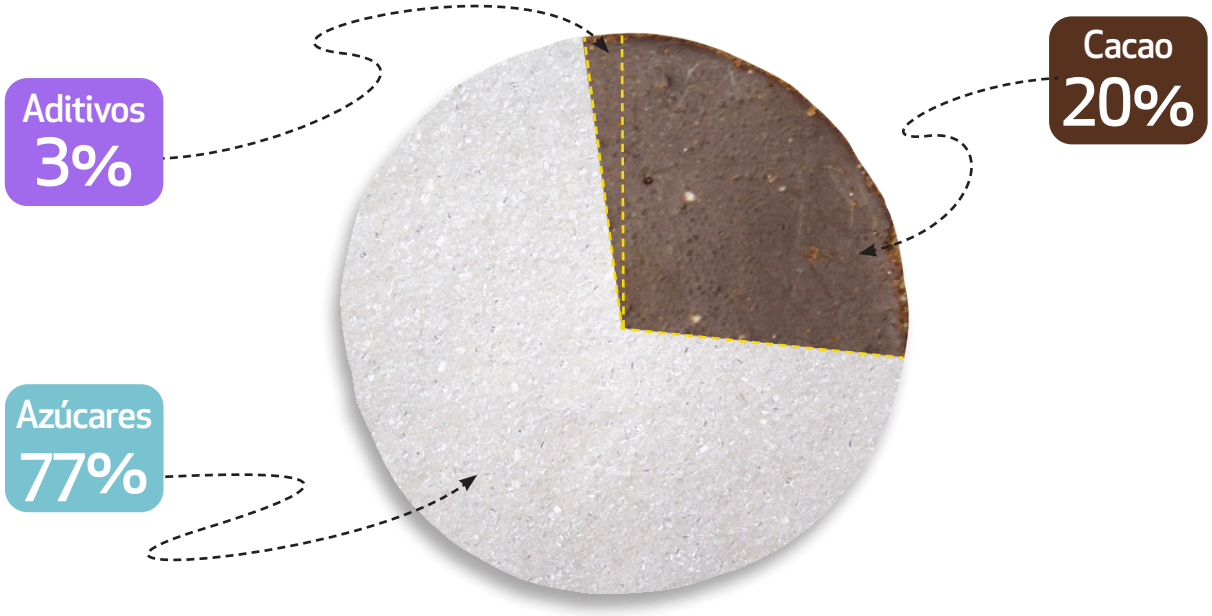
De cacao debe tener mínimo:
- 18% incluyendo
  - 1.8% de manteca de cacao.

[1] Aunque no es una norma obligatoria, sirve de referencia para determinar la calidad de los productos.

Principales ingredientes

Te presentamos una aproximación de cómo estarían compuestos estos productos, considerando la cantidad mínima de cacao requerida, ya que no se pueden saber realmente las cantidades por ser variables en cada producto:

Chocolate para Mesa (Tablilla)



Chocolate en Polvo

FACTORES ESENCIALES DE COMPOSICIÓN

De acuerdo con la NOM-186-SSA1/SCFI-2013. Cacao, chocolate y productos similares, y productos del cacao. Especificaciones Sanitarias. Denominación comercial. Método de prueba, estos dos productos deben cumplir con:

Chocolate para mesa	
Manteca de cacao total	≥11.0 %
Cocoa desgrasada totalmente	≥9.0 %
Sólidos totales de cacao	≥20.0 %
Grasa vegetal diferente a la manteca de cacao	≤5.0 %

Chocolate para mesa semiamargo	
Manteca de cacao total	≥15.6 %
Cocoa desgrasada totalmente	≥14.0 %
Sólidos totales de cacao	≥30.0 %
Grasa vegetal diferente a la manteca de cacao	≤5.0 %

Chocolate para mesa amargo u oscuro	
Manteca de cacao total	≥22.0 %
Cocoa desgrasada totalmente	≥18.0 %
Sólidos totales de cacao	≥40.0 %
Grasa vegetal diferente a la manteca de cacao	≤5.0 %

Chocolate en polvo	
Manteca de cacao total	≥1.8 %
Cocoa desgrasada totalmente	–
Sólidos totales de cacao	≥18.0 %
Grasa vegetal diferente a la manteca de cacao	≤5.0 %

GRASAS PERMITIDAS EN EL CHOCOLATE

La NOM-186-SSA1/SCFI-2013 permite la adición de grasas vegetales distintas a la manteca de cacao, pero no debe exceder del 5% de la masa del producto terminado después de deducir el peso total de cualquier otro producto alimenticio comestible añadido al chocolate y sin reducir el contenido mínimo de las materias de cacao. Solo permite las siguientes:

No deben exceder el **5%**.

GRASAS PERMITIDAS

- Illipe
- Shea
- Aceite de palma
- Kokum gurgi
- Shorea robusta
- Hueso de mango

[1] Aunque no es una norma obligatoria, sirve de referencia para determinar la calidad de los productos.

¿QUÉ DEBEN PRESENTAR EN LA ETIQUETA?

- **Sistema de etiquetado frontal:**
  >Sellos de advertencia.
  >Leyendas precautorias.

- **Nombre o denominación del producto preenvasado.**

- **Contenido neto.**

- **Instrucciones de uso.**

- **Lista de ingredientes.**

- **Nombre, denominación o razón social y domicilio fiscal del responsable del producto.**

- **Declaración nutrimental:**
  >El contenido de energía: La declaración del contenido energético (calorías) debe expresarse en kcal (kJ) por 100 g o por 100 ml, así como por el contenido total del envase. Adicionalmente se puede declarar por porción.

  >La cantidad de proteína.

  >La cantidad de hidratos de carbono disponibles, indicando la cantidad correspondiente a azúcares y a azúcares añadidos.

  >La cantidad de grasas especificando la cantidad que corresponda a grasas saturadas y a grasas trans, no incluyendo las grasas trans presentes en ingredientes lácteos y cárnicos de manera natural.

  >La cantidad de fibra dietética.

  >La cantidad de sodio.

Nota: Como los productos de este Estudio de Calidad son para prepararse como bebidas, ya sea con leche o agua, de acuerdo con la NOM-051-SCFI/SSA1-2010 la declaración nutrimental complementaria debe aparecer tal como se consume de acuerdo con las instrucciones de uso en la etiqueta.

CONOCE EL ESTUDIO

Se sometieron a prueba 32 productos:

12 Chocolates para Mesa

- 11 Chocolates para mesa (tablillas)
- 1 Chocolate para mesa reducido en azúcar (tablilla)

3 Sabor a Chocolate para Mesa

- 3 Sabor a chocolate para mesa (tablillas)

10 Chocolates en Polvo

- 6 Chocolates en polvo
- 4 Chocolates en polvo con edulcorantes

7 Polvos para preparar Bebidas sabor Chocolate

- 5 Polvos para preparar bebidas sabor chocolate
- 2 Polvos para preparar bebidas sabor chocolate reducidos en azúcar

Las Pruebas

Información comercial

Está presente en las etiquetas de los productos y debe cumplir los requisitos de la NOM-051-SCFI/SSA-2010. "Especificaciones generales de etiquetado para alimentos y bebidas no alcohólicas preenvasados. Información comercial y sanitaria".

Es el medio de comunicación entre el fabricante y el consumidor, por ello se verificó que todas las muestras presentaran los datos obligatorios como: denominación del producto, lista de ingredientes, instrucciones de preparación, nombre y dirección del fabricante o comercializador, país de origen, número de lote, fecha o caducidad, contenido neto y el sistema de etiquetado frontal, así como que la información ostentada fuera veraz y no confundiera al consumidor sobre su composición.

Contenido Energético

Se determinó la cantidad de kilocalorías por 100 g de producto y por 100 ml de producto preparado utilizando, en todos los casos, leche descremada a una temperatura de 40°C y licuando 5 minutos.

Proteína

Se determinó la cantidad de proteína por 100 ml de producto utilizando, en todos los casos, leche descremada a una temperatura de 40°C y licuando 5 minutos.

Azúcares

Se determinó la cantidad de azúcares por 100 g de producto y por 100 ml de producto preparado.

Grasa

Se determinó la cantidad de grasa por 100 ml de producto preparado utilizando, en todos los casos, leche descremada a una temperatura de 40°C y licuando 5 minutos.

CHOCOLATES PARA MESA (TABLILLAS)

ABUELITA Original Nestlé

Chocolate para mesa / México / 270 g

$42

Información al consumidor
Tuvo menos contenido del declarado.
No presenta el sello EXCESO CALORÍAS, a pesar de que debería.

100 mililitros de producto preparado en leche descremada	
Grasa g/100 ml preparados	1.5 g/100 ml preparados
Azúcares g/100 ml preparados	9.9 g/100 ml preparados
Proteína g/100 ml preparados	3.5 g/100 ml preparados
Contenido energético g/100 ml preparados	67 kcal/100 ml preparados

100 Gramos de producto	
Azúcares g/100 g	75.4 g/100 g
Contenido energético kcal/100 g	464 kcal/100 g

Vitaminas y Minerales
No Contiene

IRREGULARIDADES

- Tuvo hasta 6.0% menos contenido neto del declarado, por lo que no cumple con la NOM-002-SCFI-201.
- No ostenta el sello de EXCESO CALORÍAS, por lo que no cumple con la NOM-051-SCFI/SSA1-2010.

DON GUSTAVO

Chocolate para mesa / México / 540 g

$50

Información al consumidor
No presenta el sello EXCESO CALORÍAS, a pesar de que debería.

100 mililitros de producto preparado en leche descremada	
Grasa g/100 ml preparados	1.7 g/100 ml preparados
Azúcares g/100 ml preparados	8.2 g/100 ml preparados
Proteína g/100 ml preparados	3.7 g/100 ml preparados
Contenido energético g/100 ml preparados	63 kcal/100 ml preparados

100 Gramos de producto	
Azúcares g/100 g	73.9 g/100 g
Contenido energético kcal/100 g	473 kcal/100 g

Vitaminas y Minerales
No Contiene

IRREGULARIDADES

- No ostenta el sello de EXCESO CALORÍAS, por lo que no cumple con la NOM-051-SCFI/SSA1-2010.

GOLDEN HILLS

Chocolate de mesa / México / 540 g

$60

Información al consumidor
Adiciona un tipo de grasa vegetal que no permite la norma.

100 mililitros de producto preparado en leche descremada	
Grasa g/100 ml preparados	1.9 g/100 ml preparados
Azúcares g/100 ml preparados	11.4 g/100 ml preparados
Proteína g/100 ml preparados	3.6 g/100 ml zpreparados
Contenido energético g/100 ml preparados	77 kcal/100 ml preparados

100 Gramos de producto	
Azúcares g/100 g	82.4 g/100 g
Contenido energético kcal/100 g	473 kcal/100 g

Vitaminas y Minerales
No Contiene

IRREGULARIDADES

- Adiciona grasa vegetal de coco o de palmiste, por lo que no cumple con la NOM-186-SSA1/SCFI-2013.

Productos ordenados alfabéticamente.

$ Precio promedio por producto.

Precios Promedio por empaque de Chocolate de Mesa y Polvos para Preparar Bebidas Sabor Chocolate en la Ciudad de México y Zona Metropolitana, Tuxtla Gutiérrez, Veracruz y Villahermosa levantados del 9 al 13 de diciembre del 2021.

Great value

Chocolate para mesa / México / 540 g

$50

Información al consumidor
✔ Completa

100 Gramos de producto	
Azúcares g/100 g	78.8 g/100 g
Contenido energético kcal/100 g	463 kcal/100 g

Vitaminas y Minerales
No Contiene

100 mililitros de producto preparado en leche descremada	
Grasa g/100 ml preparados	1.9 g/100 ml preparados
Azúcares g/100 ml preparados	14 g/100 ml preparados
Proteína g/100 ml preparados	3.6 g/100 ml preparados
Contenido energético g/100 ml preparados	87 kcal/100 ml preparados

KEKUA

Chocolate de mesa con azúcar y con canela / México / 400 g

$93

Información al consumidor
No cumple la norma de etiquetado en cuanto a su declaración nutrimental.

100 Gramos de producto	
Azúcares g/100 g	69 g/100 g
Contenido energético kcal/100 g	485 kcal/100 g

Vitaminas y Minerales
No Contiene

100 mililitros de producto preparado en leche descremada	
Grasa g/100 ml preparados	1.4 g/100 ml preparados
Azúcares g/100 ml preparados	14.2 g/100 ml preparados
Proteína g/100 ml preparados	3.6 g/100 ml preparados
Contenido energético g/100 ml preparados	84 kcal/100 ml preparados

IRREGULARIDADES

- No presenta su declaración nutrimental por producto preparado, por lo que no cumple con la NOM-051-SCFI/SSA1-2010.

IBARRA

Chocolate para mesa tradicional mexicano / México / 270 g

$37

Información al consumidor
No presenta el sello EXCESO CALORÍAS, a pesar de que debería.

100 Gramos de producto	
Azúcares g/100 g	74.2 g/100 g
Contenido energético kcal/100 g	467 kcal/100 g

Vitaminas y Minerales
No Contiene

100 mililitros de producto preparado en leche descremada	
Grasa g/100 ml preparados	1.5 g/100 ml preparados
Azúcares g/100 ml preparados	10.2 g/100 ml preparados
Proteína g/100 ml preparados	3.7 g/100 ml preparados
Contenido energético g/100 ml preparados	69 kcal/100 ml preparados

IRREGULARIDADES

- No ostenta el sello de EXCESO CALORÍAS, por lo que no cumple con la NOM-051-SCFI/SSA1-2010.

CHOCOLATES PARA MESA (TABLILLAS)

La Suiza

Chocolate para mesa / México / 360 g

$50

Información al consumidor
Tuvo menos contenido del declarado.

100 Gramos de producto	
Azúcares g/100 g	71.9 g/100 g
Contenido energético kcal/100 g	488 kcal/100 g

Vitaminas y Minerales
No Contiene

100 mililitros de producto preparado en leche descremada	
Grasa g/100 ml preparados	1.6 g/100 ml preparados
Azúcares g/100 ml preparados	9.1 g/100 ml preparados
Proteína g/100 ml preparados	3.6 g/100 ml preparados
Contenido energético g/100 ml preparados	65 kcal/100 ml preparados

IRREGULARIDADES

- Tuvo hasta 4.2% menos contenido neto del declarado, por lo que no cumple con la NOM-002-SCFI-2011.

MOCTEZUMA CASERO

Chocolate para mesa / México / 270 g

$36

Información al consumidor
Tuvo menos contenido del declarado.

100 Gramos de producto	
Azúcares g/100 g	77.9 g/100 g
Contenido energético kcal/100 g	466 kcal/100 g

Vitaminas y Minerales
No Contiene

100 mililitros de producto preparado en leche descremada	
Grasa g/100 ml preparados	2.2 g/100 ml preparados
Azúcares g/100 ml preparados	13.3 g/100 ml preparados
Proteína g/100 ml preparados	3.7 g/100 ml preparados
Contenido energético g/100 ml preparados	88 kcal/100 ml preparados

IRREGULARIDADES

- Tuvo hasta 6.5% menos contenido neto del declarado, por lo que no cumple con la NOM-002-SCFI-2011.

MOCTEZUMA ORIGINAL

Chocolate para mesa semiamargo / México / 200 g

$36

Información al consumidor
✔ Completa

100 Gramos de producto	
Azúcares g/100 g	72 g/100 g
Contenido energético kcal/100 g	480 kcal/100 g

Vitaminas y Minerales
No Contiene

100 mililitros de producto preparado en leche descremada	
Grasa g/100 ml preparados	2 g/100 ml preparados
Azúcares g/100 ml preparados	11.2 g/100 ml preparados
Proteína g/100 ml preparados	3.7 g/100 ml preparados
Contenido energético g/100 ml preparados	77 kcal/100 ml preparados

Productos ordenados alfabéticamente.

Precio promedio por producto.

Precios Promedio por empaque de Chocolate de Mesa y Polvos para Preparar Bebidas Sabor Chocolate en la Ciudad de México y Zona Metropolitana, Tuxtla Gutiérrez, Veracruz y Villahermosa levantados del 9 al 13 de diciembre del 2021.

MOCTEZUMA URUAPAN PREMIUM

Chocolate para mesa amargo / México / 250 g

$40

Información al consumidor
✔ Completa

100 Gramos de producto	
Azúcares g/100 g	67.5 g/100 g
Contenido energético kcal/100 g	488 kcal/100 g

Vitaminas y Minerales
No Contiene

100 mililitros de producto preparado en leche descremada	
Grasa g/100 ml preparados	2.6 g/100 ml preparados
Azúcares g/100 ml preparados	12.2 g/100 ml preparados
Proteína g/100 ml preparados	3.9 g/100 ml preparados
Contenido energético g/100 ml preparados	88 kcal/100 ml preparados

Selecto BRAND

Chocolate para mesa / México / 540 g

$49

Información al consumidor
✔ Completa

100 Gramos de producto	
Azúcares g/100 g	76.6 g/100 g
Contenido energético kcal/100 g	465 kcal/100 g

Vitaminas y Minerales
No Contiene

100 mililitros de producto preparado en leche descremada	
Grasa g/100 ml preparados	1.6 g/100 ml preparados
Azúcares g/100 ml preparados	11.7 g/100 ml preparados
Proteína g/100 ml preparados	3.6 g/100 ml preparados
Contenido energético g/100 ml preparados	75 kcal/100 ml preparados

CHOCOLATE PARA MESA REDUCIDO EN AZÚCAR (TABLILLAS)

$ Precio promedio por producto.

Precios Promedio por empaque de Chocolate de Mesa y Polvos para Preparar Bebidas Sabor Chocolate en la Ciudad de México y Zona Metropolitana, Tuxtla Gutiérrez, Veracruz y Villahermosa levantados del 9 al 13 de diciembre del 2021.

ABUELITA Nestlé

Chocolate para mesa Reducido en azúcar / México / 240 g

$53

Información al consumidor
✔ Completa

100 Gramos de producto	
Azúcares g/100 g	60.9 g/100 g
Contenido energético kcal/100 g	485 kcal/100 g

Vitaminas y Minerales
No Contiene

100 mililitros de producto preparado en leche descremada	
Grasa g/100 ml preparados	1.9 g/100 ml preparados
Azúcares g/100 ml preparados	8.8 g/100 ml preparados
Proteína g/100 ml preparados	3.9 g/100 ml preparados
Contenido energético g/100 ml preparados	68 kcal/100 ml preparados

Productos ordenados alfabéticamente.

SABOR A CHOCOLATE PARA MESA (TABLILLAS)

CHOCOCOA

Sabor Chocolate para Mesa / México / 540 g

$54

Información al consumidor
✔ Completa

100 Gramos de producto	
Azúcares g/100 g	72 g/100 g
Contenido energético kcal/100 g	473 kcal/100 g

Vitaminas y Minerales
No Contiene

100 mililitros de producto preparado en leche descremada	
Grasa g/100 ml preparados	2.3 g/100 ml preparados
Azúcares g/100 ml preparados	12.4 g/100 ml preparados
Proteína g/100 ml preparados	3.7 g/100 ml preparados
Contenido energético g/100 ml preparados	85 kcal/100 ml preparados

precissimo

Sabor a chocolate para mesa / México / 200 g

$22

Información al consumidor
Tuvo menos contenido del declarado.

100 Gramos de producto	
Azúcares g/100 g	70.4 g/100 g
Contenido energético kcal/100 g	468 kcal/100 g

Vitaminas y Minerales
No Contiene

100 mililitros de producto preparado en leche descremada	
Grasa g/100 ml preparados	3.9 g/100 ml preparados
Azúcares g/100 ml preparados	15.6 g/100 ml preparados
Proteína g/100 ml preparados	3.7 g/100 ml preparados
Contenido energético g/100 ml preparados	112 kcal/100 ml preparados

IRREGULARIDADES

- Tuvo hasta 11.4% menos contenido neto del declarado, por lo que no cumple con la NOM-002-SCFI-2011.

precissimo

Sabor a chocolate para mesa / México / 540 g

$47

Información al consumidor
✔ Completa

100 Gramos de producto	
Azúcares g/100 g	69.9 g/100 g
Contenido energético kcal/100 g	477 kcal/100 g

Vitaminas y Minerales
No Contiene

100 mililitros de producto preparado en leche descremada	
Grasa g/100 ml preparados	1.5 g/100 ml preparados
Azúcares g/100 ml preparados	10 g/100 ml preparados
Proteína g/100 ml preparados	3.6 g/100 ml preparados
Contenido energético g/100 ml preparados	68 kcal/100 ml preparados

CHOCOLATES EN POLVO

ABUELITA Granulado

Chocolate en polvo granulado Nestlé / México / 360 g

$37

Información al consumidor
No presenta el sello EXCESO CALORÍAS, a pesar de que debería.

100 Gramos de producto	
Azúcares g/100 g	76.3 g/100 g
Contenido energético kcal/100 g	418 kcal/100 g

Vitaminas y Minerales
No Contiene

100 mililitros de producto preparado en leche descremada	
Grasa g/100 ml preparados	1.0 g/100 ml preparados
Azúcares g/100 ml preparados	11.7 g/100 ml preparados
Proteína g/100 ml preparados	3.7 g/100 ml preparados
Contenido energético g/100 ml preparados	71 kcal/100 ml preparados

IRREGULARIDADES

- No ostenta el sello de EXCESO CALORIAS, por lo que no cumple con la NOM-051-SCFI/SSA1-2010.

Choco Tavo

Chocolate en polvo fortificado con vitaminas y minerales / México / 350 g

$20

Información al consumidor
No presenta el sello EXCESO CALORÍAS, a pesar de que debería.

100 Gramos de producto	
Azúcares g/100 g	78.8 g/100 g
Contenido energético kcal/100 g	402 kcal/100 g

Vitaminas y Minerales
Contiene

100 mililitros de producto preparado en leche descremada	
Grasa g/100 ml preparados	0.9 g/100 ml preparados
Azúcares g/100 ml preparados	8.6 g/100 ml preparados
Proteína g/100 ml preparados	3.6 g/100 ml preparados
Contenido energético g/100 ml preparados	57 kcal/100 ml preparados

IRREGULARIDADES

- No ostenta el sello de EXCESO CALORÍAS, por lo que no cumple con la NOM-051-SCFI/SSA1-2010.

DON GUSTAVO

Chocolate en polvo granulado / México / 350 g

$24

Información al consumidor
No presenta el sello EXCESO CALORÍAS, a pesar de que debería.

100 Gramos de producto	
Azúcares g/100 g	76.3 g/100 g
Contenido energético kcal/100 g	401 kcal/100 g

Vitaminas y Minerales
No Contiene

100 mililitros de producto preparado en leche descremada	
Grasa g/100 ml preparados	0.9 g/100 ml preparados
Azúcares g/100 ml preparados	8.1 g/100 ml preparados
Proteína g/100 ml preparados	3.6 g/100 ml zpreparados
Contenido energético g/100 ml preparados	55 kcal/100 ml preparados

IRREGULARIDADES

- No ostenta el sello de EXCESO CALORÍAS, por lo que no cumple con la NOM-051-SCFI/SSA1-2010.

Productos ordenados alfabéticamente.

$ Precio promedio por producto.

Precios Promedio por empaque de Chocolate de Mesa y Polvos para Preparar Bebidas Sabor Chocolate en la Ciudad de México y Zona Metropolitana, Tuxtla Gutiérrez, Veracruz y Villahermosa levantados del 9 al 13 de diciembre del 2021.

Great value

Chocolate en polvo granulado / México / 320 g

$26

Información al consumidor
✔ Completa

100 Gramos de producto	
Azúcares g/100 g	85.3 g/100 g
Contenido energético kcal/100 g	418 kcal/100 g

Vitaminas y Minerales
No Contiene

100 mililitros de producto preparado en leche descremada	
Grasa g/100 ml preparados	1.3 g/100 ml preparados
Azúcares g/100 ml preparados	12.0 g/100 ml preparados
Proteína g/100 ml preparados	3.8 g/100 ml preparados
Contenido energético g/100 ml preparados	75 kcal/100 ml preparados

precissimo

Chocolate en polvo / México / 180 g

$13

Información al consumidor
Destaca una leyenda que no debería, por lo que no cumple con la norma de etiquetado.

100 Gramos de producto	
Azúcares g/100 g	88.8 g/100 g
Contenido energético kcal/100 g	409 kcal/100 g

Vitaminas y Minerales
Contiene

100 mililitros de producto preparado en leche descremada	
Grasa g/100 ml preparados	0.8 g/100 ml preparados
Azúcares g/100 ml preparados	10.9 g/100 ml preparados
Proteína g/100 ml preparados	3.7 g/100 ml preparados
Contenido energético g/100 ml preparados	66 kcal/100 ml preparados

IRREGULARIDADES

- Destaca en el área principal de la etiqueta la leyenda "Adicionado con Vitaminas y Hierro", por lo que no cumple con la NOM-051-SCFI/SSA1-2010.

Vaquita

Chocolate en polvo fortificado con vitaminas y minerales / México / 375 g

$29

Información al consumidor
Destaca una leyenda que no debería, por lo que no cumple con la norma de etiquetado.

100 Gramos de producto	
Azúcares g/100 g	82.2 g/100 g
Contenido energético kcal/100 g	410 kcal/100 g

Vitaminas y Minerales
Contiene

100 mililitros de producto preparado en leche descremada	
Grasa g/100 ml preparados	0.9 g/100 ml preparados
Azúcares g/100 ml preparados	10.9 g/100 ml preparados
Proteína g/100 ml preparados	3.8 g/100 ml preparados
Contenido energético g/100 ml preparados	67 kcal/100 ml preparados

IRREGULARIDADES

- Destaca en el área principal de la etiqueta la leyenda "Adicionado con Vitaminas y Hierro", por lo que no cumple con la NOM-051-SCFI/SSA1-2010.

CHOCOLATES EN POLVO CON EDULCORANTES

DON GUSTAVO

Chocolate en polvo granulado 25% menos azúcar que el chocolate tradicional granulado / México / 250 g

$25

Información al consumidor
Tuvo menos del contenido declarado.
Destaca una leyenda que no debería, por lo que no cumple con la norma de etiquetado.
No presenta el sello EXCESO CALORÍAS, a pesar de que debería.

100 mililitros de producto preparado en leche descremada	
Grasa g/100 ml preparados	0.7 g/100 ml preparados
Azúcares g/100 ml preparados	7.3 g/100 ml preparados
Proteína g/100 ml preparados	3.6 g/100 ml preparados
Contenido energético g/100 ml preparados	50 kcal/100 ml preparados

100 Gramos de producto	
Azúcares g/100 g	49.2 g/100 g
Contenido energético kcal/100 g	392 kcal/100 g

Vitaminas y Minerales
Contiene

IRREGULARIDADES

- Tuvo hasta 12.8% menos contenido neto del declarado, por lo que no cumple con la NOM-002-SCFI-2011.
- Destaca en el área principal de la etiqueta la leyenda "Reducido en azúcar", por lo que no cumple con la NOM-051-SCFI/SSA1-2010.
- No ostenta el sello de EXCESO CALORIAS, por lo que no cumple con la NOM-051-SCFI/SSA1-2010.

Great Value

Chocolate en polvo granulado
Reducido en azúcar / México / 250 g

$22

Información al consumidor
Destaca una leyenda que no debería, por lo que no cumple con la norma de etiquetado.

100 mililitros de producto preparado en leche descremada	
Grasa g/100 ml preparados	0.7 g/100 ml preparados
Azúcares g/100 ml preparados	8.8 g/100 ml preparados
Proteína g/100 ml preparados	3.6 g/100 ml preparados
Contenido energético g/100 ml preparados	56 kcal/100 ml preparados

100 Gramos de producto	
Azúcares g/100 g	71.1 g/100 g
Contenido energético kcal/100 g	403 kcal/100 g

Vitaminas y Minerales
Contiene

IRREGULARIDADES

- Destaca en el área principal de la etiqueta la leyenda "Reducido en azúcar", por lo que no cumple con la NOM-051-SCFI/SSA1-2010.

Nota: El fabricante realizó cambio de etiqueta.

$ Precio promedio por producto.

Precios Promedio por empaque de Chocolate de Mesa y Polvos para Preparar Bebidas Sabor Chocolate en la Ciudad de México y Zona Metropolitana, Tuxtla Gutiérrez, Veracruz y Villahermosa levantados del 9 al 13 de diciembre del 2021.

IBARRA Cuidado Diario

Chocolate en polvo fortificado con hierro y vitaminas, endulzado parcialmente con estevia / México / 327 g

$30

NO CUMPLE

Información al consumidor
Destaca una leyenda que no debería, por lo que no cumple con la norma de etiquetado.
No presenta el sello EXCESO CALORÍAS, a pesar de que debería.

100 mililitros de producto preparado en leche descremada	
Grasa g/100 ml preparados	0.8 g/100 ml preparados
Azúcares g/100 ml preparados	9.8 g/100 ml preparados
Proteína g/100 ml preparados	3.7 g/100 ml preparados
Contenido energético g/100 ml preparados	61 kcal/100 ml preparados

100 Gramos de producto	
Azúcares g/100 g	71.2 g/100 g
Contenido energético kcal/100 g	407 kcal/100 g

Vitaminas y Minerales
Contiene

IRREGULARIDADES

- Destaca en el área principal de la etiqueta la leyenda "Adicionado con Vitaminas y Hierro", por lo que no cumple con la NOM-051-SCFI/SSA1-2010.
- No ostenta el sello de EXCESO CALORÍAS, por lo que no cumple con la NOM-051-SCFI/SSA1-2010.

VITAMIN CHOCO GENIUS

Chocolate en polvo fortificado con vitaminas y minerales / México / 385 g

$28

NO CUMPLE

Información al consumidor
No ostenta la declaración nutrimental completa.
Destaca una leyenda que no debería, por lo que no cumple con la norma de etiquetado.
No presenta el sello EXCESO CALORÍAS, a pesar de que debería.

100 mililitros de producto preparado en leche descremada	
Grasa g/100 ml preparados	1.1 g/100 ml preparados
Azúcares g/100 ml preparados	9.3 g/100 ml preparados
Proteína g/100 ml preparados	3.6 g/100 ml preparados
Contenido energético g/100 ml preparados	61 kcal/100 ml preparados

100 Gramos de producto	
Azúcares g/100 g	83.8 g/100 g
Contenido energético kcal/100 g	397 kcal/100 g

Vitaminas y Minerales
Contiene

IRREGULARIDADES

- Contiene edulcorantes y no presenta la leyenda precautoria "CONTIENE EDULCORANTES, NO RECOMENDABLE EN NIÑOS", por lo que no cumple con la NOM-051SCFI/SSA1-2010.
- Destaca en el área principal de la etiqueta la leyenda "Contiene Vitaminas y Minerales ", por lo que no cumple con la NOM-051-SCFI/SSA1-2010.
- No ostenta el sello de EXCESO CALORÍAS, por lo que no cumple con la NOM-051-SCFI/SSA1-2010.
- No declara grasa trans, azúcares añadidos y contenido energético por envase, por lo que no cumple la NOM-051SCFI/SSA1-2010.

POLVOS PARA PREPARAR BEBIDAS SABOR CHOCOLATE

CAL-C-TOSE

Alimento en polvo fortificado para preparar una bebida sabor chocolate / México / 350 g

$37

Información al consumidor
✔ Completa

100 Gramos de producto	
Azúcares g/100 g	91.0 g/100 g
Contenido energético kcal/100 g	388 kcal/100 g

Vitaminas y Minerales
Contiene

100 mililitros de producto preparado en leche descremada	
Grasa g/100 ml preparados	0.8 g/100 ml preparados
Azúcares g/100 ml preparados	9.2 g/100 ml preparados
Proteína g/100 ml preparados	3.5 g/100 ml preparados
Contenido energético g/100 ml preparados	58 kcal/100 ml preparados

Choco Choco IBARRA

Polvo para preparar una bebida sabor a chocolate / México / 327 g

$27

Información al consumidor
Destaca una leyenda que no debería, por lo que no cumple con la norma de etiquetado. No presenta el sello EXCESO CALORÍAS, a pesar de que debería.

100 Gramos de producto	
Azúcares g/100 g	88.1 g/100 g
Contenido energético kcal/100 g	399 kcal/100 g

Vitaminas y Minerales
Contiene

100 mililitros de producto preparado en leche descremada	
Grasa g/100 ml preparados	0.7 g/100 ml preparados
Azúcares g/100 ml preparados	10.4 g/100 ml preparados
Proteína g/100 ml preparados	3.6 g/100 ml preparados
Contenido energético g/100 ml preparados	62 kcal/10

IRREGULARIDADES

- Destaca en el área principal de la etiqueta la leyenda "12 Vitaminas y Minerales en cada vaso", por lo que no cumple con la NOM-002-SCFI-2011.
- No ostenta el sello de EXCESO CALORÍAS, por lo que no cumple con la NOM-051-SCFI/SSA1-2010.

Choco Milk

Alimento en polvo fortificado para preparar bebida sabor a chocolate / México / 350 g

$33

Información al consumidor
✔ Completa

100 Gramos de producto	
Azúcares g/100 g	90.0 g/100 g
Contenido energético kcal/100 g	398 kcal/100 g

Vitaminas y Minerales
Contiene

100 mililitros de producto preparado en leche descremada	
Grasa g/100 ml preparados	0.6 g/100 ml preparados
Azúcares g/100 ml preparados	9.3 g/100 ml preparados
Proteína g/100 ml preparados	3.6 g/100 ml zpreparados
Contenido energético g/100 ml preparados	57 kcal/100 ml preparados

Productos ordenados alfabéticamente.

$ Precio promedio por producto.

Precios Promedio de Chocolate de Mesa y Polvos para Preparar Bebidas sabor Chocolate en la Ciudad de México y Zona Metropolitana, Veracruz, Villahermosa y Tuxtla Gutiérrez levantados del 9 al 13 de diciembre del 2021.

MORELIA PRESIDENCIAL

Alimento en polvo para preparar bebida sabor chocolate / México / 357 g

$31

Información al consumidor
No presenta el sello EXCESO CALORÍAS, a pesar de que debería.

100 Gramos de producto	
Azúcares g/100 g	92.6 g/100 g
Contenido energético kcal/100 g	404 kcal/100 g

Vitaminas y Minerales
No contiene

100 mililitros de producto preparado en leche descremada	
Grasa g/100 ml preparados	0.7 g/100 ml preparados
Azúcares g/100 ml preparados	9.2 g/100 ml preparados
Proteína g/100 ml preparados	3.6 g/100 ml preparados
Contenido energético g/100 ml preparados	58 kcal/100 ml preparados

IRREGULARIDADES

- No ostenta el sello de EXCESO CALORIAS, por lo que no cumple con la NOM-051-SCFI/SSA1-2010.

Nesquik OPTI-STAR Nestlé

Alimento en polvo para preparar bebida sabor chocolate / México / 357 g

$31

Información al consumidor
No presenta el sello EXCESO CALORÍAS, a pesar de que debería.

100 Gramos de producto	
Azúcares g/100 g	76.2 g/100 g
Contenido energético kcal/100 g	397 kcal/100 g

Vitaminas y Minerales
Contiene

100 mililitros de producto preparado en leche descremada	
Grasa g/100 ml preparados	0.8 g/100 ml preparados
Azúcares g/100 ml preparados	9.4 g/100 ml preparados
Proteína g/100 ml preparados	3.6 g/100 ml preparados
Contenido energético g/100 ml preparados	59 kcal/100 ml preparados

IRREGULARIDADES

- No ostenta el sello de EXCESO CALORIAS, por lo que no cumple con la NOM-051-SCFI/SSA1-2010.

POLVOS PARA PREPARAR BEBIDAS SABOR CHOCOLATE REDUCIDA EN AZÚCAR

$ Precio promedio por producto.

Precios Promedio por empaque de Chocolate de Mesa y Polvos para Preparar Bebidas Sabor Chocolate en la Ciudad de México y Zona Metropolitana, Tuxtla Gutiérrez, Veracruz y Villahermosa levantados del 9 al 13 de diciembre del 2021.

CAL-C-TOSE

Alimento en polvo para preparar una bebida sabor chocolate fortificada y reducida en azúcar / México / 280 g

$41

Información al consumidor
✔ Completa

100 Gramos de producto	
Azúcares g/100 g	47.7 g/100 g
Contenido energético kcal/100 g	217 kcal/100 g

Vitaminas y Minerales
Contiene

100 mililitros de producto preparado en leche descremada	
Grasa g/100 ml preparados	0.6 g/100 ml preparados
Azúcares g/100 ml preparados	7.8 g/100 ml preparados
Proteína g/100 ml preparados	3.5 g/100 ml preparados
Contenido energético g/100 ml preparados	51 kcal/100 ml preparados

Choco Milk

Alimento en polvo para preparar bebida sabor chocolate fortificada y reducida en azúcar / México / 280 g

$39

Información al consumidor
✔ Completa

100 Gramos de producto	
Azúcares g/100 g	47 g/100 g
Contenido energético kcal/100 g	218 kcal/100 g

Vitaminas y Minerales
Contiene

100 mililitros de producto preparado en leche descremada	
Grasa g/100 ml preparados	0.7 g/100 ml preparados
Azúcares g/100 ml preparados	6.2 g/100 ml preparados
Proteína g/100 ml preparados	3.5 g/100 ml preparados
Contenido energético g/100 ml preparados	45 kcal/100 ml preparados

Productos ordenados alfabéticamente.

CONCLUSIONES

ES EL QUE MÁS CACAO CONTIENE

Con base en las características del chocolate para mesa amargo, el producto Moctezuma Uruapan Premium contiene más cacao y menos azúcares, por lo que destaca entre los demás.

MOCTEZUMA URUAPAN PREMIUM
Chocolate para mesa amargo / México / 250 g

Los productos que no cumplen con las normas mexicanas u oficiales pueden ser sujetos a requerimientos y en su caso a procedimientos por infracciones a la ley.

CONCLUSIONES

ADICIONA GRASA NO PERMITIDA

Adiciona grasa de coco o palmiste, la cual no está en los tipos de grasa permitidos. Aun y cuando la NOM-186-SSA1/ SCFI- 2013 permite la adición de 5% de grasa vegetal diferente al cacao (solo permite 6 tipos de grasas vegetales).

GOLDEN HILLS
Chocolate de mesa / 540 g

Los productos que no cumplen con las normas mexicanas u oficiales pueden ser sujetos a requerimientos y en su caso a procedimientos por infracciones a la ley.

CONTIENEN MENOS DE LO DECLARADO

No cumplen con la NOM-002-SCFI-2011 en cuanto al contenido neto que declaran.

Tuvo hasta **6.5%** menos contenido neto del declarado.

MOCTEZUMA CASERO
Chocolate para mesa / 270 g

Tuvo hasta **6.0%** menos contenido neto del declarado.

ABUELITA Original Nestlé
Chocolate para mesa / 270 g

Tuvo hasta **4.2%** menos contenido neto del declarado.

La Suiza
Chocolate para mesa / 360 g

Tuvo hasta **11.4%** menos contenido neto del declarado.

precissimo
Sabor a chocolate para mesa / 200 g

Tuvo hasta **12.8%** menos contenido neto del declarado.

DON GUSTAVO
Chocolate en polvo granulado 25% menos azúcar que el chocolate tradicional granulado / 250 g

CONCLUSIONES

CONTIENEN MÁS AZÚCARES QUE OTRO INGREDIENTE

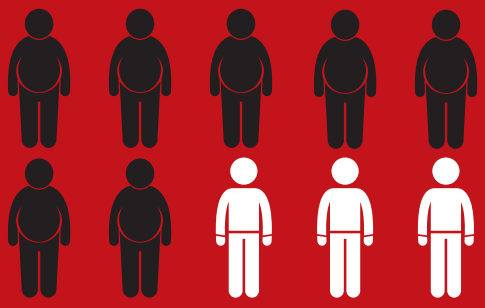
De los productos analizados, los azúcares son el nutrimento presente en mayor cantidad, por ello es importante no adicionar más azúcar cuando se prepararan.

Recuerda:

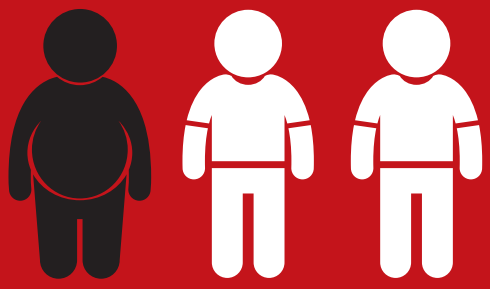
Dentro de los 10 países con más obesidad en el mundo, México ocupa el segundo lugar.

- Somos el primer lugar en obesidad infantil a nivel mundial.

7 de cada 10 adultos en México son obesos.



1 de cada 3 adolescentes y niños en México es obeso.[1]



[1] Organización Mundial de la Salud (OMS). https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight
Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos (OCDE) INEGI 2020
Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia https://unicef.org.mx/

Rivera Dommarco, J. A., et. al. (2018). La obesidad en México. Estado de la política pública y recomendaciones para su prevención y control. México, Instituto Nacional de Salud Pública.

LOS "SABOR A CHOCOLATE PARA MESA" CONTIENEN MÁS AZÚCARES Y GRASA

Los productos denominados "Sabor a chocolate para mesa" son los que tienen mayor contenido de azúcares y grasa.

Los productos que no cumplen con las normas mexicanas u oficiales pueden ser sujetos a requerimientos y en su caso a procedimientos por infracciones a la ley.

SU DECLARACIÓN NUTRIMENTAL ESTÁ INCOMPLETA

No ostenta su declaración nutrimental por 100 ml de producto preparado, por lo que no cumple la NOM-051-SCFI/SSA1-2010.

KEKUA
México / Chocolate de mesa con azúcar / 400 g

No declara grasa trans ni azúcares añadidos por 100 ml de producto preparado ni contenido energético por envase, por lo que no cumple la NOM-051-SCFI/SSA1-2010.

VITAMIN CHOCO GENIUS
México / Chocolate en polvo fortificado con vitaminas y minerales / 385 g

Los productos que no cumplen con las normas mexicanas u oficiales pueden ser sujetos a requerimientos y en su caso a procedimientos por infracciones a la ley.

CONCLUSIONES

CONTIENEN EXCESO DE CALORÍAS Y NO LO ADVIERTEN

A pesar de contener exceso de calorías no presentan el sello de advertencia correspondiente.

ABUELITA
Original Nestlé
Chocolate para mesa / México / 270 g

DON GUSTAVO
Chocolate para mesa / México / 540 g

IBARRA
Chocolate para mesa tradicional mexicano / México / 270 g

ABUELITA
Granulado
Chocolate en polvo granulado Nestlé / México / 360 g

Choco Tavo
Chocolate en polvo fortificado con vitaminas y minerales / México / 350 g

DON GUSTAVO
Chocolate en polvo granulado / México / 350 g

Los productos que no cumplen con las normas mexicanas u oficiales pueden ser sujetos a requerimientos y en su caso a procedimientos por infracciones a la ley.

DON GUSTAVO
Chocolate en polvo granulado 25% menos azúcar que el chocolate tradicional granulado / México / 250 g

IBARRA Cuidado Diario
Chocolate en polvo fortificado con hierro y vitaminas, endulzado parcialmente con estevia / México

VITAMIN CHOCO GENIUS
Chocolate en polvo fortificado con vitaminas y minerales / México / 385 g

Choco Choco IBARRA
Polvo para preparar una bebida sabor a chocolate / México/ 327 g

MORELIA PRESIDENCIAL
Alimento en polvo para preparar bebida sabor chocolate / México / 357 g

Nesquik OTI-STAR Nestlé
Alimento en polvo para preparar bebida sabor chocolate / México / 357 g

CONCLUSIONES

NO DEBERÍAN DESTACAR, EN LA SUPERFICIE PRINCIPAL DE EXHIBICIÓN, CIERTAS LEYENDAS

Al presentar sellos de advertencia y leyendas precautorias no deben resaltar leyendas nutrimentales o de propiedad, ya que es un incumplimiento a la NOM-051-SCFI/SSA1-2010.

✗ "ADICIONADO CON VITAMINAS Y HIERRO"

Vaquita
México / Chocolate en polvo fortificado con vitaminas y minerales / 375 g

precissimo
México / Chocolate en polvo / 180 g

IBARRA Cuidado Diario
México / Chocolate en polvo fortificado con hierro y vitaminas, endulzado parcialmente con estevia / 327 g

Los productos que no cumplen con las normas mexicanas u oficiales pueden ser sujetos a requerimientos y en su caso a procedimientos por infracciones a la ley.

"REDUCIDO EN AZÚCAR"

Great Value
México / Chocolate en polvo granulado Reducido en azúcar / 250 g

DON GUSTAVO
México / Chocolate en polvo granulado 25% menos azúcar que el chocolate tradicional granulado / 250 g

Nota: El fabricante presentó etiqueta corregida.

"CONTIENE VITAMINAS Y MINERALES"

VITAMIN CHOCO GENIUS
México / Chocolate en polvo fortificado con vitaminas y minerales / 385 g

"12 VITAMINAS Y MINERALES EN CADA VASO"

Choco Choco IBARRA
México / Polvo para preparar una bebida sabor a chocolate / 327 g

Los productos que no cumplen con las normas mexicanas u oficiales pueden ser sujetos a requerimientos y en su caso a procedimientos por infracciones a la ley.

CONCLUSIONES

CONTIENE EDULCORANTES Y NO PRESENTA LA LEYENDA DE ADVERTENCIA

No presenta la leyenda de advertencia

CONTIENE EDULCORANTES, NO RECOMENDABLE EN NIÑOS

por lo que incumple la NOM-051-SCFI/SSA1-2010.

VITAMIN CHOCO GENIUS
México / Chocolate en polvo fortificado con vitaminas y minerales / 385 g

Los productos que no cumplen con las normas mexicanas u oficiales pueden ser sujetos a requerimientos y en su caso a procedimientos por infracciones a la ley.

EL DETECTOR DE AZÚCARES

Te mostramos la cantidad de azúcares que contienen los productos analizados preparados en una taza de 250 ml de leche descremada. Es importante resaltar que dentro de los azúcares totales también se encuentra la lactosa presente en la leche.

CHOCOLATES PARA MESA (TABLILLAS)

35.6 g de azúcares/ 250 ml

***KEKUA**/ 400 g

35.0 g de azúcares/ 250 ml

***Great value**/ 540 g

33.2 g de azúcares/ 250 ml

***MOCTEZUMA CASERO**/270 g

30.6 g de azúcares/ 250 ml

MOCTEZUMA URUAPAN PREMIUM / 400 g

29.2 g de azúcares/ 250 ml

***Selecto BRAND**/ 540 g

28.4 g de azúcares/ 250 ml

***GOLDEN HILLS**/ 540 g

28.0 g de azúcares/ 250 ml

***MOCTEZUMA ORIGINAL**/ 200 g

25.6 g de azúcares/ 250 ml

***IBARRA**/ 270 g

24.9 g de azúcares/ 250 ml

ABUELITA Original Nestlé/ 270 g

22.7 g de azúcares/ 250 ml

La Suiza/ 360 g

20.5 g de azúcares/ 250 ml

DON GUSTAVO/ 540 g

*Si consumes una taza de 250 ml estarías superando la cantidad recomendada de azúcares al día, que es de 25 g. Esto quiere decir que ya no deberías consumir más azúcares durante el día.

EL DETECTOR DE AZÚCARES

CHOCOLATE PARA MESA REDUCIDO EN AZÚCAR (TABLILLAS)

22.1 g de azúcares/ 250 ml

ABUELITA Nestlé/ 270 g

SABOR A CHOCOLATE PARA MESA (TABLILLAS)

39.0 g de azúcares/ 250 ml

***precissimo**/ 200 g

31.0 g de azúcares/ 250 ml

***CHOCOCOA**/ 540 g

25.0 g de azúcares/ 250 ml

precissimo/ 540 g

CHOCOLATES EN POLVO

30.1 g de azúcares/ 250 ml

***Great Value**/ 320 g

29.2 g de azúcares/ 250 ml

***ABUELITA Granulado**/ 360 g

27.3 g de azúcares/ 250 ml

***precissimo**/ 200 g

27.2 g de azúcares/ 250 ml

***Vaquita**/ 375 g

21.5 g de azúcares/ 250 ml

Choco Tavo/ 350 g

20.2 g de azúcares/ 250 ml

DON GUSTAVO/ 350 g

CHOCOLATES EN POLVO CON EDULCORANTES

24.6 g de azúcares/ 250 ml

IBARRA Cuidado Diario/ 327 g

23.2 g de azúcares/ 250 ml

VITAMIN CHOCO GENIUS/ 385 g

22.0 g de azúcares/ 250 ml

Great Value/ 250 g

18.3 g de azúcares/ 250 ml

DON GUSTAVO/ 250 g

POLVOS PARA PREPARAR BEBIDAS SABOR CHOCOLATE REDUCIDA EN AZÚCAR

19.5 g de azúcares/ 250 ml

CAL-C-TOSE/ 280 g

15.4 g de azúcares/ 250 ml

Choco Milk/ 280 g

POLVOS PARA PREPARAR BEBIDAS SABOR CHOCOLATE

26.0 g de azúcares/ 250 ml

***Choco Choco IBARRA**/ 327 g

23.5 g de azúcares/ 250 ml

Nesquik OPTI-STAR Nestlé/ 357 g

23.3 g de azúcares/ 250 ml

Choco Milk/ 350 g

23.1 g de azúcares/ 250 ml

MORELIA PRESIDENCIAL/ 357 g

23.0 g de azúcares/ 250 ml

CAL-C-TOSE/ 350 g

*Si consumes una taza de 250 ml estarías superando la cantidad recomendada de azúcares al día, que es de 25 g. Esto quiere decir que ya no deberías consumir más azúcares durante el día.

CONSIDERACIONES

Lee la etiqueta

Es importante que lo hagas, principalmente la declaración nutrimental.

Revisa su fecha de caducidad

Aunque son productos longevos, bajo las condiciones de conservación adecuadas conviene revisar la fecha de caducidad.

No todos son recomendables para niños

Hay productos que no se recomienda que consuman los niños por los edulcorantes que contienen, así que no dejes de leer la etiqueta.

Considera el contenido de azúcar

Si lo quieres consumir en polvo o en tablilla recuerda que el contenido de azúcar y el aporte calórico es elevado.

Regula su consumo

Regula su consumo, ya que algunos contienen exceso de azúcares.

Sigue las instrucciones de preparación

Recuerda que estos productos se deben utilizar para preparar bebidas, por ello sigue las instrucciones de preparación y no adiciones azúcar, ya que todos la contienen.

Guárdalos adecuadamente

Guarda los productos en su empaque cerrado dentro de la alacena o en cualquier otro lugar fresco, protegido de la luz, alejado de fuentes de calor y de los cambios repentinos en la temperatura. Considera que pueden absorber olores, por lo que guardarlos en un recipiente de cierre hermético o lejos de cualquier fuente de olores intensos es una opción.

Tecnología Doméstica PROFECO | Para tu casa o para emprender, te decimos cómo hacer:

Chocolate en Agua

Ingredientes:

- 1.5 l de agua purificada
- 1 tablilla de chocolate
- Media raja de canela

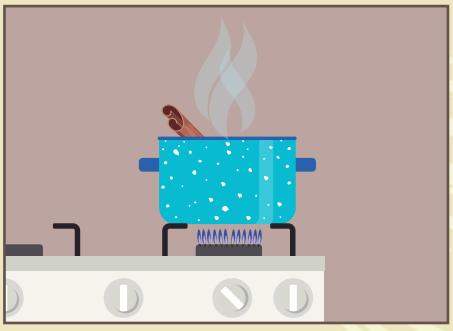
Utensilios:

- Olla
- Molinillo para chocolate
- Cuchara de madera

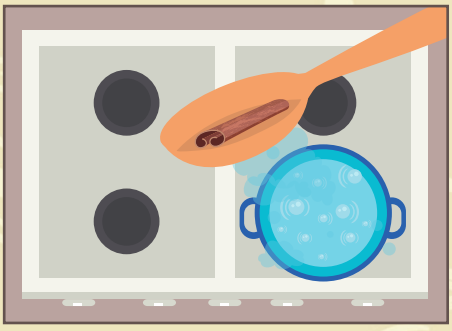
kcal: 752
Tiempo de elaboración: 30 minutos
Caducidad: 5 días en refrigeración
Rendimiento: 6 porciones
Costo promedio: $29

En la época prehispánica el cacao se bebía molido y mezclado con agua, especias y chile. Este grano es un poderoso antioxidante y contiene grasas monoinsaturadas, las cuales reducen los niveles de colesterol. El chocolate en agua aporta menos calorías que uno en leche.

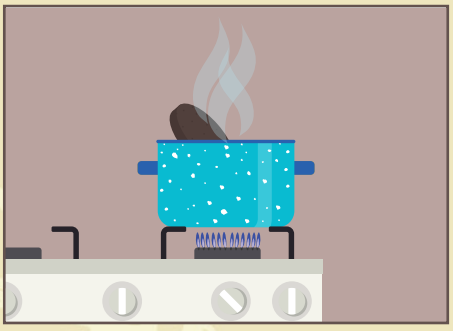
Procedimiento



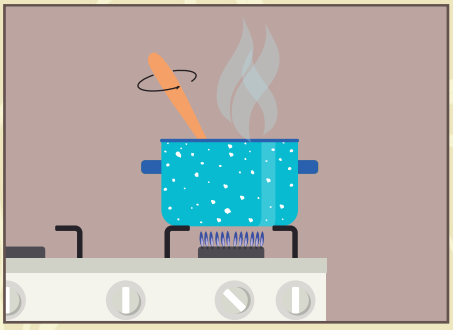
1 En la olla pon a hervir el agua con la canela.



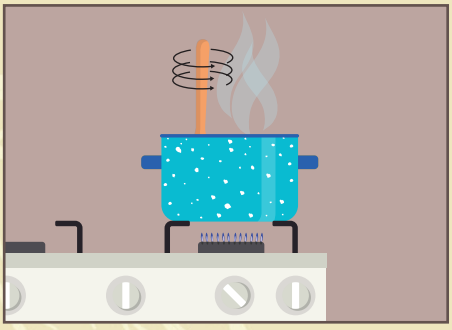
2 Cuando haya hervido retira la canela.



3 Agrega la tablilla de chocolate y espera a que se disuelva. Mueve de vez en cuando.



4 Cuando se haya disuelto, baja un poco el fuego.



5 Mueve con el molinillo durante 5 minutos para sacarle espuma.

6 Sirve bien caliente.

Consulta de información del 8 al 10 de noviembre del 2021 en la Ciudad de México y Área Metropolitana.

Estudios DE Calidad PROFECO

Freidoras *de aire*

Conoce al electrodoméstico de moda que promete cocinar con el mínimo de grasa.

Tiempo de lectura: 10 minutos.

Con las freidoras de aire se consiguen alimentos con texturas crujientes, con un mínimo de grasa y que se consideran más saludables al no tener que sumergirlos en grandes cantidades de aceite. [1]

Beneficios

- ☑ Son fáciles de usar y limpiar.
- ☑ Tienen un tamaño adecuado para los espacios de la cocina.
- ☑ Se logra un menor consumo de grasa y colesterol en los alimentos.

FICHA TÉCNICA
Realización del estudio: del 27 de septiembre al 12 de noviembre del 2021.
Adquisición de muestras: del 5 de octubre al 5 de noviembre del 2021.
Marcas / Modelos analizados: 07 / 11.
Pruebas realizadas: 121.

NORMATIVIDAD
- **NOM-024-SCFI-2013** Información comercial para empaques, instructivos y garantías, de los productos electrónicos, eléctricos y electrodomésticos.
- **NOM-008-SCFI-2002** Sistema General de Unidades de Medida.
- **NOM-003-SCFI-2014** Productos eléctricos-Especificaciones de seguridad.
- **NMX-J-521/1-ANCE-2012** Aparatos electrodomésticos y similares - Seguridad Parte 1: Requisitos generales.
- **NMX-J-521/2-13-ANCE-2010** Aparatos electrodomésticos y similares - Seguridad Parte 2-13: Requisitos particulares para freidoras, sartenes para freír y aparatos similares.
- **Métodos internos de la Dirección General de Laboratorio Nacional de Protección al Consumidor.**

[1] https://es.novanthealth.org/noticias-de-salud/freidoras-de-aire-realmente-son-una-opcion-mas-saludable

taurus.
TIMER
ENCENDIDO
CALENTANDO
TEMP

Easy Fry & Grill
T-fal

taurus.

Oster
DE 4 L

HOLSTEIN

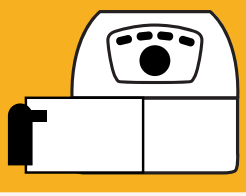
¿Cómo funcionan?

Contiene un calefactor (resistencia eléctrica) en la parte superior de la cavidad donde se coloca una bandeja con alimento.

Un flujo de aire se calienta al pasar por el calefactor lo que provoca que al interior de la freidora circule dicho aire.

Con este aire caliente el alimento se cocina. Si contienen un poco de aceite dicho alimento, además se fríe.

¿Cómo se utiliza?



Presentan una bandeja con un mango, o asa de sujeción, en la cual se coloca el alimento para insertarla después en la cavidad correspondiente.

Por medio de botones, perillas o un panel táctil se debe seleccionar el tiempo y la temperatura de cocción.

Durante el proceso de cocción se puede retirar la bandeja sujetándola por el asa para mover el alimento y volverla a insertar.

En la mayoría de las freidoras no será necesario encender de nuevo el aparato, ya que su operación se reinicia de manera automática.

Una vez que se terminó el tiempo de cocción, la mayoría de los modelos avisan mediante uno o varios tonos.

El alimento estará muy caliente, por lo que se recomienda usar unas pinzas para retirarlo.

CONOCE EL ESTUDIO

Se analizaron

11 modelos

LAS PRUEBAS

Información al consumidor

Se verificó que el empaque y la etiqueta indiquen el tipo de producto, marca, modelo y características de alimentación eléctrica. Que la garantía ofrecida esté en español e indique sus alcances y restricciones; que incluyan un instructivo o manual de uso en español que debe informarte sobre el modo apropiado de operación, así como los cuidados y precauciones necesarias.

Seguridad

Se analizaron los puntos de riesgo hacia el consumidor que pueden presentar las freidoras de aire en condiciones de uso normal. Para ello se aplicaron los métodos de prueba de seguridad del estándar NMX aplicable a este tipo de aparatos, incluida en la NOM. Los aspectos probados fueron:

- **Desviación del consumo eléctrico**: Se verificó que el consumo eléctrico declarado por cada aparato estuviera dentro de una tolerancia, para ello se consideró lo establecido en el inciso 10 de la norma general.
- **Calentamiento de partes accesibles a máxima potencia**: Se midió el calentamiento que se puede llegar a percibir en las partes accesibles de los aparatos para constatar que no fuera excesivo. Esto con base en lo establecido en el inciso 11 de la norma de seguridad particular y la general.
- **Protección al choque eléctrico**: Se evaluó que el aislamiento de los aparatos sea adecuado para evitar una posible descarga eléctrica hacia el usuario en caso de una falla eléctrica.
- **Estabilidad**: Como una medida de seguridad se determinó la estabilidad de las freidoras de aire en el caso de un golpe accidental que pudiera causar que se vuelquen o caigan.
- **Calibre del cordón de alimentación**: Se evaluó que la cantidad y grosor de los alambres de cobre de su cable (cordón de alimentación) fuera suficiente para soportar la corriente que demanda el aparato a máxima potencia.

Para todas las pruebas la carga de prueba empleada durante el funcionamiento de cada muestra consistió en el freído de papas tipo "a la francesa". Todos los modelos cumplen con los requisitos de seguridad aplicables.

7 marcas

Los modelos se dividieron en dos categorías acorde a su capacidad en volumen:

- Menor a 2 litros de capacidad.
- Mayor a 2, pero menor a 5 litros de capacidad.

Consumo de energía

Se midió el consumo de energía eléctrica que se requiere para preparar 500 g de papa fresca, cortadas a la francesa, durante 20 minutos de cocción, a la temperatura que el instructivo de cada freidora indica para este tipo de alimento.

Este dato es únicamente de carácter informativo, ya que el consumo de energía depende del uso que cada persona haga al momento de preparar sus alimentos, así como del tipo de alimento que desee preparar. Los datos aquí reportados son bajo condiciones controladas (como el tipo de alimento a preparar, la alimentación eléctrica controlada, el tiempo de cocción, entre otras).

Estabilidad de la temperatura

Se midió la temperatura en el interior del compartimiento para alimentos para verificar que esta fuera lo más homogénea en las distintas zonas internas.

Atributos

En las tablas de resultados encontrarás las características más sobresalientes de cada modelo analizado.

Uniformidad en la cocción

Una vez preparadas las papas a la francesa, se evaluaron para determinar la uniformidad –tanto a su interior (la cocción) como a su exterior (el dorado)– a través de un panel de consumidores. Se solicitó a los participantes que dieran su opinión sobre las papas hechas en cada uno de los modelos analizados. Se consideraron aspectos como el color externo del bastón de papa, la firmeza obtenida al término del ciclo de freído, si el bastón de papa se consideró crocante (crujiente) y si la cantidad de agua después de la cocción era mucha o poca.

Verificación del control de temperatura

Se verificó que los controles de temperatura hicieran los cambios requeridos para los distintos alimentos que indican y que se pudieran preparar de acuerdo con sus instructivos. Estas mediciones se realizaron en tres distintas posiciones del control: baja, media (una cuya temperatura fuera la mitad de su alcance máximo) y la correspondiente a la temperatura máxima.

FREIDORAS DE AIRE

Menor a 2 litros de capacidad

Proctor Silex / 35055

/ China / 1 año / 900 (Watts) / 1.5 (Litros)

$1,299

Evaluación General MB

Consumo de energía (Watts-hora) 1		334.37
Seguridad		Cumple
Uniformidad en la cocción		MB
Estabilidad de la temperatura		B
Verificación del control de temperatura		MB
ATRIBUTOS	**Modos de cocción**	Solo uno
ATRIBUTOS	**Temperaturas declaradas máxima / mínima** (°C)	206 94
ATRIBUTOS	**Ciclo máximo de operación** (min)	30

CONCLUSIONES

- Presenta indicadores LED, control por medio de perillas, canastilla con seguro.
- Las temperaturas marcadas en el aparato están en ºF y las que se señalan en el cuadro de atributos se indican en ºC para facilitar su interpretación.

Simbología:

E Excelente MB Muy Bueno B Bueno

Precios:

$ Precio Promedio

Cuadro Comparativo de Precios Promedio de Freidoras de Aire en la Ciudad de México y Zona Metropolitana, Cancún, Monterrey y Querétaro levantados del 22 al 26 de noviembre del 2021.

Taurus
/ SUNSHINE (M97201100)

/ China / 2 años / 750 (Watts) / 1 (Litro)

$971

Evaluación General B

Consumo de energía (Watts-hora) 1		192.31
Seguridad		Cumple
Uniformidad en la cocción		B
Estabilidad de la temperatura		B
Verificación del control de temperatura		MB
ATRIBUTOS	**Modos de cocción**	Solo uno
	Temperaturas declaradas máxima / mínima (°C)	200 90
	Ciclo máximo de operación (min)	60

CONCLUSIONES

- Presenta indicadores LED, control por medio de perillas, incluye parrilla.
- Al sacar la canastilla no detiene su operación.

Notas:

1. Consumo de energía en un ciclo de 20 minutos de operación para preparar 500 g de papas a la francesa.
2. Todos los modelos analizados presentan la información comercial completa de acuerdo a la NOM-024-SCFI-2013.
3. Todos los modelos analizados cumplen con las pruebas de seguridad de acuerdo a lo establecido en la NOM-003-SCFI-2014 en sus partes NMX-J-521/1-ANCE-2012 y NMX-J-521/2-13-ANCE-2010.
4. Todas las marcas cumplen con la información al consumidor.

FREIDORAS DE AIRE

Mayor a 2, pero menor a 5 litros de capacidad

T-FAL
/ EASY FRY & GRILL PRECISION (EY505850)

/ China / 1 año / 1450 (Watts) / 4.2 (Litros)

$2,877

Evaluación General E

Consumo de energía (Watts-hora) 1		476.27
Seguridad		Cumple
Uniformidad en la cocción		E
Estabilidad de la temperatura		MB
Verificación del control de temperatura		E
ATRIBUTOS	**Modos de cocción**	8
	Temperaturas declaradas máxima / mínima (°C)	200 80
	Ciclo máximo de operación (min)	60

CONCLUSIONES

- Cuenta con doble modo de operación: freidora y parrilla. Incluye una parrilla.
- Control por medio de panel táctil.

Simbología:

E Excelente MB Muy Bueno B Bueno

Precios:

$ Precio Promedio

Cuadro Comparativo de Precios Promedio de Freidoras de Aire en la Ciudad de México y Zona Metropolitana, Cancún, Monterrey y Querétaro levantados del 22 al 26 de noviembre del 2021.

T-FAL
/ QUICK FRY - FREIDORA SIN ACEITE (EY12058MX)

/ China / 1 año /1200 (Watts) / 3.5 (Litros)

$1,899

Evaluación General E

Consumo de energía (Watts-hora) 1		426.93
Seguridad		Cumple
Uniformidad en la cocción		E
Estabilidad de la temperatura		MB
Verificación del control de temperatura		MB
ATRIBUTOS	**Modos de cocción**	Solo uno
	Temperaturas declaradas máxima / mínima (°C)	200 80
	Ciclo máximo de operación (min)	60

CONCLUSIONES

- Presenta indicadores LED, control por medio de perillas, canastilla con seguro, incluye parrilla.
- Temperaturas indicadas en °C y en °F.

Notas:

1. Consumo de energía en un ciclo de 20 minutos de operación para preparar 500 g de papas a la francesa.
2. Todos los modelos analizados presentan la información comercial completa de acuerdo a la NOM-024-SCFI-2013.
3. Todos los modelos analizados cumplen con las pruebas de seguridad de acuerdo a lo establecido en la NOM-003-SCFI-2014 en sus partes NMX-J-521/1-ANCE-2012 y NMX-J-521/2-13-ANCE-2010.
4. Todas las marcas cumplen con la información al consumidor.

FREIDORAS DE AIRE

Mayor a 2, pero menor a 5 litros de capacidad

Taurus
/ HERMES (M97200600)

/ China / 2 años / 1250 (Watts) / 4 (Litros)

$1,503

Evaluación General MB

Consumo de energía (Watts-hora) 1		418.76
Seguridad		Cumple
Uniformidad en la cocción		MB
Estabilidad de la temperatura		B
Verificación del control de temperatura		E
ATRIBUTOS	**Modos de cocción**	Solo uno
	Temperaturas declaradas máxima / mínima (°C)	200 140
	Ciclo máximo de operación (min)	30

CONCLUSIONES

- Presenta indicadores LED, control por medio de perillas, canastilla con seguro.

Simbología:

E Excelente MB Muy Bueno B Bueno

Precios:

$ Precio Promedio

Cuadro Comparativo de Precios Promedio de Freidoras de Aire en la Ciudad de México y Zona Metropolitana, Cancún, Monterrey y Querétaro levantados del 22 al 26 de noviembre del 2021.

Hamilton Beach / 35050

/ China / 1 año / 1400 (Watts) / 2.5 (Litros)

$1,795

Evaluación General MB

Consumo de energía (Watts-hora) 1		466.90
Seguridad		Cumple
Uniformidad en la cocción		MB
Estabilidad de la temperatura		MB
Verificación del control de temperatura		B
ATRIBUTOS	**Modos de cocción**	6
	Temperaturas declaradas máxima / mínima (°C)	205 80
	Ciclo máximo de operación (min)	60

CONCLUSIONES

- Presenta indicadores LED, control por medio de panel táctil (ubicado en la parte superior), canastilla con seguro, incluye parrilla.
- Temperaturas indicadas en °C y en °F.

Notas:

1. Consumo de energía en un ciclo de 20 minutos de operación para preparar 500 g de papas a la francesa.
2. Todos los modelos analizados presentan la información comercial completa de acuerdo a la NOM-024-SCFI-2013.
3. Todos los modelos analizados cumplen con las pruebas de seguridad de acuerdo a lo establecido en la NOM-003-SCFI-2014 en sus partes NMX-J-521/1-ANCE-2012 y NMX-J-521/2-13-ANCE-2010.
4. Todas las marcas cumplen con la información al consumidor.

FREIDORAS DE AIRE

Mayor a 2, pero menor a 5 litros de capacidad

Holstein Housewares / HH-09202007B

/ China / 1 año / 1550 (Watts) / 4.5 (Litros)

$1,759

Evaluación General MB

Consumo de energía (Watts-hora) 1		552.67
Seguridad		Cumple
Uniformidad en la cocción		MB
Estabilidad de la temperatura		MB
Verificación del control de temperatura		B
ATRIBUTOS	**Modos de cocción**	7
	Temperaturas declaradas máxima / mínima (°C)	200 80
	Ciclo máximo de operación (min)	30

CONCLUSIONES

- Incluye una parrilla, control por medio de panel táctil.

Simbología:

E Excelente MB Muy Bueno B Bueno

Precios:

$ Precio Promedio

Cuadro Comparativo de Precios Promedio de Freidoras de Aire en la Ciudad de México y Zona Metropolitana, Cancún, Monterrey y Querétaro levantados del 22 al 26 de noviembre del 2021.

T-FAL
/ EASY FRY XL DIGITAL AIRFRYER (EY4018MX)

/ China / 1 año /1400 (Watts) / 4.2 (Litros)

$2,534

Evaluación General MB

Consumo de energía (Watts-hora) 1		576.9
Seguridad		Cumple
Uniformidad en la cocción		MB
Estabilidad de la temperatura		MB
Verificación del control de temperatura		B
ATRIBUTOS	**Modos de cocción**	8
	Temperaturas declaradas máxima / mínima (°C)	200 80
	Ciclo máximo de operación (min)	60

CONCLUSIONES

- Incluye una parrilla, control por medio de panel táctil (ubicado en la parte superior).

Notas:

1. Consumo de energía en un ciclo de 20 minutos de operación para preparar 500 g de papas a la francesa.
2. Todos los modelos analizados presentan la información comercial completa de acuerdo a la NOM-024-SCFI-2013.
3. Todos los modelos analizados cumplen con las pruebas de seguridad de acuerdo a lo establecido en la NOM-003-SCFI-2014 en sus partes NMX-J-521/1-ANCE-2012 y NMX-J-521/2-13-ANCE-2010.
4. Todas las marcas cumplen con la información al consumidor.

FREIDORAS DE AIRE

Mayor a 2, pero menor a 5 litros de capacidad

Oster / CKSTAF400

/ China / 1 año / 1500 (Watts) / 4 (Litros)

$2,218

Evaluación General MB

Consumo de energía (Watts-hora) 1		423.66
Seguridad		Cumple
Uniformidad en la cocción		B
Estabilidad de la temperatura		MB
Verificación del control de temperatura		E
ATRIBUTOS	**Modos de cocción**	7
	Temperaturas declaradas máxima / mínima (°C)	200 80
	Ciclo máximo de operación (min)	60

CONCLUSIONES

- Presenta indicadores LED, control por medio de panel táctil, canastilla con seguro.

Simbología:

E Excelente MB Muy Bueno B Bueno

Precios:

$ Precio Promedio

Cuadro Comparativo de Precios Promedio de Freidoras de Aire en la Ciudad de México y Zona Metropolitana, Cancún, Monterrey y Querétaro levantados del 22 al 26 de noviembre del 2021.

RCA
/ RC-106

/ China / 1 año / 1300 (Watts) / 3.6 (Litros)

$1,732

Evaluación General B

Consumo de energía (Watts-hora) 1		499.03
Seguridad		Cumple
Uniformidad en la cocción		B
Estabilidad de la temperatura		MB
Verificación del control de temperatura		MB
ATRIBUTOS	**Modos de cocción**	7
	Temperaturas declaradas máxima / mínima (°C)	200 80
	Ciclo máximo de operación (min)	30

CONCLUSIONES

- Presenta indicadores LED, control por medio de panel táctil, canastilla con seguro. Al sacar la canastilla detiene su operación y es necesario reiniciar el ciclo de cocción.

Notas:

1. Consumo de energía en un ciclo de 20 minutos de operación para preparar 500 g de papas a la francesa.
2. Todos los modelos analizados presentan la información comercial completa de acuerdo a la NOM-024-SCFI-2013.
3. Todos los modelos analizados cumplen con las pruebas de seguridad de acuerdo a lo establecido en la NOM-003-SCFI-2014 en sus partes NMX-J-521/1-ANCE-2012 y NMX-J-521/2-13-ANCE-2010.
4. Todas las marcas cumplen con la información al consumidor.

FREIDORAS DE AIRE

Mayor a 2, pero menor a 5 litros de capacidad

Holstein Housewares / HH-09202001B

/ China / 1 año / 1550 (Watts)/ 4.5 (Litros)

$1,499

Evaluación General B

Consumo de energía (Watts-hora) 1		579.92
Seguridad		Cumple
Uniformidad en la cocción		B
Estabilidad de la temperatura		B
Verificación del control de temperatura		B
ATRIBUTOS	**Modos de cocción**	Solo uno
	Temperaturas declaradas máxima / mínima (°C)	200 80
	Ciclo máximo de operación (min)	30

CONCLUSIONES

- Control por medio de perillas, Incluye una parrilla.

Simbología:

E Excelente MB Muy Bueno B Bueno

Precios:

$ Precio Promedio

Cuadro Comparativo de Precios Promedio de Freidoras de Aire en la Ciudad de México y Zona Metropolitana, Cancún, Monterrey y Querétaro levantados del 22 al 26 de noviembre del 2021.

Notas:

1. Consumo de energía en un ciclo de 20 minutos de operación para preparar 500 g de papas a la francesa.
2. Todos los modelos analizados presentan la información comercial completa de acuerdo a la NOM-024-SCFI-2013.
3. Todos los modelos analizados cumplen con las pruebas de seguridad de acuerdo a lo establecido en la NOM-003-SCFI-2014 en sus partes NMX-J-521/1-ANCE-2012 y NMX-J-521/2-13-ANCE-2010.
4. Todas las marcas cumplen con la información al consumidor.

CONCLUSIONES

NO OCUPAN MUCHO ESPACIO

En general, todos los modelos analizados tienen dimensiones compactas que te permitirán guardar tu freidora en la cocina sin que se vea mermado el espacio para guardar los demás aparatos electrodomésticos.

PRESENTAN RELOJ

Todas las freidoras analizadas presentan un reloj, analógico o digital, para los ciclos de cocción.

ES LA DE MENOR CAPACIDAD

Su compartimiento para alimentos es el de menor capacidad (1 litro), que alcanza para cocinar aproximadamente dos porciones de alimentos:

Taurus / SUNSHINE (M97201100) / China / 2 años / 750 (Watts)/ 1 (Litros)

NO RETOMAN LA COCCIÓN AUTOMÁTICAMENTE

Una característica a destacar en las freidoras analizadas es que puedes sacar la canastilla porta-alimentos mientras están funcionando para que puedas mover los alimentos y lograr un dorado más uniforme, retomando el tiempo del ciclo de cocción al reinsertarla de manera automática. Sin embargo, hay dos modelos que no presentan esta característica:

Taurus

/ SUNSHINE (M97201100)

/ China / 2 años / 750 (Watts)/ 1 (Litros)

No detiene su ciclo de preparación cuando sacas la canastilla porta-alimentos.

RCA

/ RC-106

/ China / 1 año / 1300 (Watts)/ 3.6 (Litros)

Al sacar la canastilla para mover los alimentos, detiene totalmente el ciclo de cocción, por lo que debes reiniciar manualmente el tiempo donde te quedaste.

RECOMENDACIONES

De Compra

ADQUIÉRELA EN EL COMERCIO FORMAL

Compra tu freidora de aire en lugares establecidos (tiendas departamentales, de autoservicio o en línea a través de la página oficial de la marca) para que tengas la seguridad de que tu compra estará respaldada por dicho establecimiento en caso de requerir una aclaración o garantía.

AL COMPRAR EN LÍNEA CHECA LAS CONDICIONES

Si compras en línea revisa muy bien las condiciones que se establecen en el portal de la tienda donde adquieras tu freidora para que, en caso de tener que recurrir a una garantía, tengas la información necesaria de cómo llevar a cabo este proceso. Siempre recuerda imprimir el recibo que llegará al correo electrónico que registraste al realizar tu compra.

REVISA SI UTILIZA ADITAMENTOS

Algunas marcas de freidoras tienen accesorios que se venden por separado. Checa en el instructivo si incluye este tipo de aditamentos, o bien, la forma de adquirirlos para que compres el indicado para tu aparato.

CHECA EL VOLUMEN DE SU CANASTILLA

Revisa que el modelo que quieres tenga el volumen suficiente para la cantidad de alimento que quieres preparar.

CONSIDERA SU POTENCIA

A mayor potencia, menor será el tiempo para la cocción de tus alimentos.

EVALÚA SI LA APROVECHARÁS

Encontrarás freidoras que tienen varias funciones, como hornear, tostar, asar o cocer. Piensa si las utilizarás todas, ya que entre más características ofrezcan el precio incrementará.

ALGUNOS TÉRMINOS CULINARIOS[2]:

Cocción[3]: Técnica de procesado de alimentos que consiste en calentar el producto, de forma que experimente cambios físicos, químicos o biológicos, incluso alteraciones en su aspecto, textura, composición química, sabor y valor nutritivo para hacerlo más digerible, apetecible, nutritivo y saludable, debido a la destrucción de agentes patógenos y de microorganismos.

La cocción se puede efectuar en medio acuoso (alimentos pasados por agua, cocidos al vapor o al baño María), ya sea hervir, pochar, cocer al vapor, escalfar, entre otros. También se puede cocer en medio graso, con aceites y grasas, como freír en sartén, sofreír, saltear, confitar y dorar. Por último se podría realizar cocción en medio aéreo, preparando los alimentos en ausencia de agua, de tal manera que la parte del agua intrínseca de los alimentos se evapora y su sabor se concentra. En este caso incluimos gratinados, asados al horno, a la parrilla, a la plancha, con cenizas o bajo tierra.

Asar: Someter a cocción, ya sea en horno, espetón o rosticero y parrilla, los alimentos. Por lo general carnes seleccionadas hasta obtener el punto de cocción deseado. Estos alimentos son expuestos al calor del fuego o brasas para que se cocinen lentamente. El calor se transmite gradualmente al alimento, que por lo general está suspendido sobre el fuego o cerca de las brasas. En esta técnica no se le agrega grasa a los alimentos, pues su cocción es en seco

Hornear: Técnica de cocción que consiste en someter un alimento a la acción del calor producido por un horno. Consiste en someter a un alimento a la acción del calor bajo un tiempo determinado pero sin mediación de ningún elemento líquido.

Freír: Este procedimiento de preparación de alimentos consiste en cocer algún alimento en abundante grasa. Lo que se fría debe flotar o nadar en el interior del aceite. El resultado a menudo es un producto crujiente, ya que los aceites pueden alcanzar temperaturas de cocción mayores que el agua.

Reacción de Maillard: Son una serie de reacciones químicas que ocurren durante el calentamiento de los alimentos y que generan que los productos tengan un color dorado. Este es el proceso que se requiere para lograr que obtengan una corteza crujiente.

[2] https://www.gastrolabweb.com/tendencias/2020/12/8/conoce-las-diferencias-que-existen-entre-hornear-freir-asar-tus-alimentos-cual-es-la-mas-saludable-4732.html
[3] https://diccionariodegastronomia.com/

RECOMENDACIONES

De Uso

UBÍCALA EN UN LUGAR SEGURO

Colócala en una superficie plana y estable, de ser posible que sea un lugar alejado del paso de las personas y niños para evitar un golpe accidental que pudiera voltearla en pleno funcionamiento.

GUÍATE POR LAS SUGERENCIAS DEL FABRICANTE

La principal característica de las freidoras de aire es que no es necesario utilizar mucho aceite en la preparación de alimentos. Sin embargo, algunos recetarios para estos aparatos te sugieren agregar pequeñas cantidades de aceite para lograr ciertos acabados en tus alimentos. Visita los sitios de cada fabricante o de cocineros que las utilicen para conocer sus sugerencias.

REVUELVE EL ALIMENTO CUANDO SE ESTÉ COCIENDO

Para mejorar la cocción de los alimentos es recomendable que durante su cocción saques la canastilla cada cierto tiempo (por ejemplo, cada 5 minutos) y los revuelvas con cuidado, tanto para no sufrir una quemadura como para no rayar el recubrimiento antiadherente.

NO PERMITAS QUE LA USEN NIÑOS

No dejes que los niños hagan uso de ella, recuerda que es un aparato que alcanza temperaturas altas.

LÍMPIALA AL TERMINAR DE USARLA

Para hacerlo sigue las instrucciones que vienen en el instructivo. Evita utilizar sustancias abrasivas que pudieran dañar el material antiadherente del compartimento para alimentos. Siempre que la limpies hazlo con el aparato desconectado del tomacorriente (contacto eléctrico).

¿Cuánta energía consumen?

Estos aparatos tienen un consumo importante de energía eléctrica. Por ejemplo, para freír 500 g de papa cortadas en tiras (a una temperatura de 200°C durante aproximadamente 20 minutos), tienen un consumo aproximado de 500 Wh (Watts-hora), lo cual considerando la tarifa de electricidad residencial más alta equivale a un costo cercano a los 50 centavos.

Si la usas de manera ocasional, no tendrá un impacto importante en el recibo bimestral de luz; sin embargo, si lo haces diario en dos o tres ocasiones, tu recibo podría incrementarse entre $30 y $50 aproximadamente.

PLANEA CÓMO USARLA

Planifica bien cómo y cuándo usarla así como los alimentos que prepararás en ella para que aproveches el gasto de electricidad que representa.

Sustentabilidad

Te invitamos a que verifiques en tu localidad dónde puedes disponer tus electrodomésticos de forma segura para evitar la contaminación de tu entorno. Cuando tu freidora deje de funcionar llévala a las ferias de reciclado organizadas por las autoridades locales, por los servicios de limpia o a instituciones educativas que organizan campañas de recolección de aparatos electrónicos y eléctricos para evitar su mala disposición, como en el caso de la Ciudad de México.

Platillo Sabio
PROFECO

Un pedacito de Veracruz

Leobardo Lara, chef y propietario de **La Fonda del Recuerdo**, en la colonia Cuauhtémoc, nos recibió con una serie de platillos que, en sus palabras, tienen mucho que ver con la comida jarocha. Nos cuenta que: "desde muy pequeño guardo en mi memoria todos los almuerzos o desayunos que mi abuela, junto con mis tías, nos daban [...] La cocina veracruzana la conozco desde niño, para mí es una cocina muy natural, orgánica y muy mexicana. Con elementos muy característicos como el frijol negro, el acuyo (la hoja santa), el plátano macho, una gran cantidad de antojitos, pescados y mariscos del norte, sur y el centro".

Su padre era mesero de este restaurante en la colonia Anzures, los dueños anteriores lo vendieron y decidió comprarlo. "Eran los años 50, se trajo a mi abuela y a sus tías y entre todos empezaron a cocinar comida veracruzana. En aquel tiempo no había restaurantes veracruzanos y fue un verdadero éxito, así fue como surgió este pedacito de Veracruz en la Ciudad de México, en 1956".

En esta oportunidad probamos unas Picaditas (o Pellizcadas), la Sorpresa Veracruzana –platillo creado en este restaurante–, que es un chile relleno de jaiba guisada en pasta de plátano macho, un Corte de Huachinango a la Veracruzana y por último un exquisito Chilpachole, que es un caldo de jaiba.

Leobardo Lara, chef y propietario.

Fonda del Recuerdo®

Si quieres ver esta y otras recetas suscríbete a nuestro canal de **YouTube** PROFECO tv

Fotografía: José Luis Sandoval

Cocina de Veracruz

LA TRANSFORMACIÓN EMPIEZA CON LO QUE LLEVAS A TU MESA

Picadas Jarochas

Se hace una bolita de masa hasta formar una tortilla, se pone en el comal y se espera a que se cueza. Se saca, se pellizca de la orilla y se le pone una "embarradita" de aceite para dorarla.

Se completa el plato con dos picadas más y a cada una se le pone una de las tres salsas: roja, verde cruda y mole jarocho. Se sirven en un solo plato que dará un maravilloso toque tricolor. Todas llevan queso y cebolla.

Corte de Huachinango a la Veracruzana

Primero se hace la salsa Veracruz. En una cacerola se pone aceite de oliva y ajo picado. No hay que esperar a que se dore para que no amargue, se agrega cebolla en gajos. Una vez que se acitrona la cebolla se añade chile morrón, que en esta ocasión fue rojo. Una vez que suda se agrega jitomate en gajos y se tapa. Después de unos minutos se le pone perejil y se deja cocinar. Se agregan alcaparras, aceitunas, puré de tomate, una rama de epazote y un chorrito de vino blanco. Se deja cocinar y se sazona con sal.

Se salpimienta un corte de huachinango y se cocina con un poquito de aceite. Se sirve bañado con la salsa, espolvoreado con perejil seco y un par de chiles güeros.

Fotografía: José Luis Sandoval

Cocina de Veracruz

Fotografía: José Luis Sandoval

Sorpresa Veracruzana

Este platillo surgió porque, a decir del chef, querían tener la combinación perfecta de un chile relleno con jaiba y plátano macho. La jaiba es característica del estado de Veracruz y el plátano macho del Golfo de México.

Para elaborarlo hay que limpiar un chile poblano, asarlo y rellenarlo de guiso de jaiba. El chile se envuelve en una masa de plátano macho y se fríe. Se emplata sobre una hoja de plátano y se acompaña con un tamalito de frijol negro preparado con hoja de aguacate y acuyo que le da un sabor muy característico. Se acompaña también con una salsa roja de tomate, guisada, y un timbal de arroz.

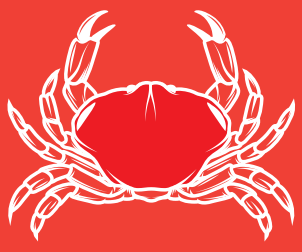
Chilpachole de Jaiba

Primero se ponen a hervir cinco litros de agua. Se machaca un jaibón (cangrejo grande, de un kilo o kilo y medio). Se asa ajo, cebolla y jitomate, se retiran del fuego y se hace lo mismo con chile guajillo y chile ancho.

Mientras hierve el agua se separa la pulpa de los huesos de la jaiba y se pone a cocer en el agua hirviendo. Los huesos se ponen en una manta de cielo que también se agrega al caldo para que intensifique el sabor.

Por otro lado, se sofríen en manteca el jitomate, la cebolla y el ajo y se les agrega un par de tortillas doradas y unos 100 g de masa líquida Se espera a que se cueza y se sazona. Se licúa la salsa, se cuela y se agrega al agua que ya tiene la jaiba y la manta de cielo con los huesos. Una vez que se disuelve se agrega un manojo de epazote y uno de perejil y se espera a que hierva. En ese momento se retira la manta de cielo que contiene los huesos y se sazona al gusto.

La segunda parte del Chilpachole consiste en guisar en aceite de oliva un poquito de ajo, cebolla, jitomate y la jaiba. Cuando se cueza hay que agregar unas hojas de laurel, alcaparras y aceitunas y esperar a que se sazone. Después se le agrega mantequilla y unas ramitas de canela para intensificar el sabor. Se emplata con un poco del guiso en un plato hondo, caldo hirviendo y cilantro para darle sabor.



Fotografía: José Luis Sandoval

Cocina
de
Veracruz

SEGUROS DENTALES

Conoce sus coberturas, exclusiones y aprende a usarlos.

Tiempo de lectura: 5 minutos.

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS), la salud bucal es un indicador clave de salud, bienestar y calidad de vida en general. Abarca una variedad de enfermedades y afectaciones que incluyen caries dental, enfermedad periodontal (de las encías), pérdida de dientes, hasta otras más graves, por ejemplo cáncer oral o traumatismo bucodental.

Seguros dentales

Son una opción de protección especializada para prevenir y restaurar los padecimientos más comunes, como:

- Endodoncias
- Tratamiento para caries
- Extracción de muelas
- Resinas
- Coronas

Pertenecen a la rama de Seguros de Salud[1] y, de acuerdo con La Ley de Instituciones de Seguros y Fianzas (LISF), tienen como objeto la prestación de servicios dirigidos a prevenir enfermedades o restaurar la salud a través de acciones que se realicen en beneficio del asegurado.

Es importante que les des seguimiento preventivo y curativo a tus dientes.

[1] Su propósito principal es la prevención y la curación de enfermedades a través de revisiones periódicas.

Principales coberturas de un seguro dental

DIAGNÓSTICO

Consulta con el dentista para que determine el estado dental del asegurado.

PREVENCIÓN

Procedimientos necesarios para prevenir enfermedades dentales.

SERVICIOS RESTAURATIVOS BÁSICOS

Tratamientos de amalgamas y resinas a consecuencia de lesiones por caries.

PROCEDIMIENTOS QUIRÚRGICOS MENORES

Extracciones y otros procedimientos quirúrgicos dentales menores.

SERVICIOS DE ENDODONCIAS

Procedimientos para terapia pulpar y obturación de conductos radiculares.

SERVICIOS DE PERIODONCIA

Atención para el tratamiento de la enfermedad de las encías y de las estructuras óseas que soportan los dientes.

Algunos tratamientos no cubiertos

- Tratamientos por malformaciones óseas congénitas.
- Tratamientos para reemplazar la pérdida de la estructura de los dientes por desgaste, abrasión y/o erosión.
- Tratamientos, intervenciones quirúrgicas o materiales realizados primariamente por motivos estéticos.
- Programas de control preventivo de la placa dento-bacteriana.
- Implantes y servicios relacionados (materiales implantados dentro y sobre el hueso o tejido suave).
- Servicios de ortodoncia (tratamientos para la corrección de dientes o mandíbulas mal posicionadas).

Fuente: Condusef.

Costos

Existen planes familiares e individuales. Para conocer la prima anual de un seguro dental básico se obtuvieron precios de una póliza individual para una persona mayor de 18 años. Indaga el coaseguro o copago aplicado por cada procedimiento (este puede oscilar entre el 20 y 50%).

Seguro Dental Individual

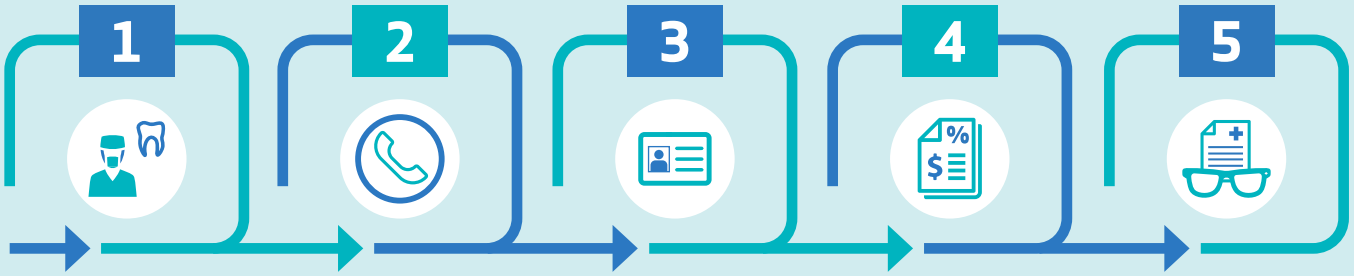
Empresa	Prima Anual Total	Número de procedimientos o tratamientos	Periodo de carencia[2]/ (Días)
Centauro **Seguros CENTAURO Salud especializada**	$2,015.00	50	60
DENTEGRA Seguros Dentales **DENTEGRA Seguros dentales[1]**	$1,775.36	Incluye un monto límite anual	60
OdontoPrev **Odontoprev**	$1,290.00	66	No especifica
American Express Seguro **Seguro dental American Express (Plan A)[2]**	$1,788.00	116	30
American Express Seguro **Seguro dental American Express (Plan B)[3]**	$2,988.00	150	30

[1] Monto anual límite de $130,000.
[2] Días que el asegurado no estará cubierto por algunos tratamientos.
[3] La estimación de prima anual se obtuvo multiplicando la prima mensual por 12. Para el plan A la suma asegurada es de hasta $50,000 y para el B de hasta $100,000.

Cotización mínima

Considera que para Seguros Básicos Estandarizados Dentales la cotización mínima es de tres integrantes. Consulta el Registro de Seguros Básicos (RESBA) de la Comisión Nacional para la Protección y Defensa de los Usuarios de Servicios Financieros (Condusef) en http://e-portalif.condusef.gob.mx/resba/index.php, solo proporciona la edad de las tres personas y la ciudad.

Aprende a usar tu seguro dental



1 REVISA LA RED DE ODONTÓLOGOS

Con los que tiene convenio la aseguradora y/o los que incluye la cobertura contratada.

2 HAZ UNA CITA

Solicita, vía telefónica, la cita con el nombre del paciente, del titular, número de póliza y teléfono de contacto, así, el odontólogo podrá verificar las condiciones y vigencia de su seguro.

3 PRESENTA UNA CREDENCIAL AUTORIZADA

Al acudir a la cita presenta la credencial autorizada por el seguro (física o digital) que tenga los datos del asegurado y el número de póliza y una identificación oficial.

4 SOLO PAGARÁS UN PORCENTAJE

El pago que deberás realizar al odontólogo será solo el porcentaje (coaseguro o copago) del costo de cada uno de los tratamientos incluidos en la cobertura de acuerdo con el plan contratado.

5 EL SEGURO CUBRIRÁ LOS SERVICIOS AMPARADOS

Esto de acuerdo a la póliza y hasta por el importe establecido en la carátula.

Recomendaciones

- ✓ Antes de contratar, asesórate muy bien acerca de los planes y características.
- ✓ Lee las condiciones generales, principalmente lo relacionado con las exclusiones y coaseguro.
- ✓ No olvides las fechas de pago de las primas, ya que la falta de pago puntual puede ocasionar la cancelación del seguro y la protección que ofrece.
- ✓ Determina tus ingresos y cuánto podrías destinar para su pago.
- ✓ Verifica que todos los datos que aparecen en el contrato sean correctos: nombre, edad, coberturas y monto de la prima.
- ✓ Para más información acude con un agente de seguros o contacta a tu compañía aseguradora.

Fuentes
• Organización Mundial de la Salud. Salud Bucal. Consultado el 18 de octubre del 2021, en: https://www.who.int/health-topics/oral-health#tab=tab_1
• Clínica Mayo. Salud Bucal, repaso de los conceptos básicos del cuidado de los dientes. Consultado el 19 de octubre del 2021, en: https://kidshealth.org/es/teens/teeth.html?ref=search

FINANZAS PERSONALES

PLANEACIÓN FINANCIERA PARA

TODO EL AÑO

Aprende a manejar tu dinero y cumple tus metas.

Tiempo de lectura: 2 minutos 30 segundos.

Un hábito que puedes adoptar cada inicio de año es planificar tus finanzas. Esto te ayudará a decidir cómo distribuirás tus ingresos todos los meses del año con base en el dinero que tienes disponible.

Planificador de gastos

Toma en cuenta los elementos del siguiente esquema y a partir de ellos planifica tus gastos de acuerdo con tu nivel de ingresos:

Considera que es un ejercicio de aproximaciones que te permitirá adquirir un hábito y una disciplina financiera para manejar tu dinero y cumplir tus metas.

Ingresos fijos Se reciben de manera constante y periódica	• Sueldo, pensión o dinero proporcionado por los padres • Remesas
Ingresos variables Se pueden o no recibir	• Reparto de utilidades • Bonos • Aguinaldos • Prestaciones • Comisiones • Ventas
Gastos fijos Permanecen constantes	• Alimentación • Transporte • Servicios • Educación en general y pago de colegiaturas (si es el caso) • Ahorro • Deudas adquiridas previamente (pago de tarjeta de crédito, crédito hipotecario, seguros, entre otros)
Gastos variables Cambian de acuerdo con los gustos y actividades de cada persona	• Ropa y calzado • Gastos médicos • Diversión • Ocasionales • Imprevistos

Recomendaciones

Para llenarlo te sugerimos que:

Reúnas recibos, estados de cuenta, comprobantes de compra, entre otros, para el llenado del planificador de gastos.

Establezcas las entradas de dinero (ingresos fijos y variables) y los gastos normales en un determinado periodo de tiempo.

Fuente
- Comisión Nacional para la Protección y Defensa de los Usuarios de Servicios Financieros (Condusef).

Modelo de presupuesto anual

		Enero	Febrero	Marzo	Abril	Mayo	Junio	Julio	Agosto	Sep.	Oct.	Nov.	Dic.	Total Anual
INGRESOS	Ingreso mensual													$0.00
	Otros ingresos (utilidades, aguinaldo, entre otros)													$0.00
	Ingreso total mensual	$0.00	$0.00	$0.00	$0.00	$0.00	$0.00	$0.00	$0.00	$0.00	$0.00	$0.00	$0.00	$0.00
GASTOS MENSUALES	Alimentación													$0.00
	Pago de luz													$0.00
	Predial													$0.00
	Agua													$0.00
	Gas													$0.00
	Renta (si es el caso)													$0.00
	Artículos para cuidado personal													$0.00
	Artículos y servicios para cuidado del hogar													$0.00
	Mantenimiento del auto (verificación, placas y tenencia) y combustible													$0.00
	Comunicación y entretenimiento (Telefonía móvil, internet, Tv paga y streaming)													$0.00
	Servicio médico													$0.00
	Servicios y artículos para la educación													$0.00
	Esparcimiento (cine, paseos, entre otros)													$0.00
	Fiestas familiares o cívicas													$0.00
	Tarjeta de crédito													$0.00
	Pago de préstamos personales													$0.00
	Crédito hipotecario (si es el caso)													$0.00
	Crédito automotriz (si es el caso)													$0.00
	Otros gastos:													
														$0.00
	Gasto Total:	$0.00	$0.00	$0.00	$0.00	$0.00	$0.00	$0.00	$0.00	$0.00	$0.00	$0.00	$0.00	$0.00

BALANCE FINAL

Ingreso mensual total	$0.00	$0.00	$0.00	$0.00	$0.00	$0.00	$0.00	$0.00	$0.00	$0.00	$0.00	$0.00	**$0.00**
Gasto mensual total	$0.00	$0.00	$0.00	$0.00	$0.00	$0.00	$0.00	$0.00	$0.00	$0.00	$0.00	$0.00	**$0.00**
Diferencia (ingresos - gastos)	**$0.00**	**$0.00**	**$0.00**	**$0.00**	**$0.00**	**$0.00**	**$0.00**	**$0.00**	**$0.00**	**$0.00**	**$0.00**	**$0.00**	**$0.00**

Nota: La información contenida es estrictamente con fines informativos y comparativos.
Fuente: Elaborado por la Dirección de Análisis de Mercados de la Dirección General de Estudios sobre Consumo de la Profeco.

QUÉ HACER SI...

VIAJA

TRANQUILO EN AUTOBÚS

Este medio de transporte te ofrece disponibilidad de horarios, rutas y destinos.

Tiempo de lectura: 2 minutos 30 segundos.

Tus derechos al viajar en autobús

Respeto a términos y condiciones

Revisa los que correspondan a la clase de servicio pagado. Deben respetarte horario y tipo de servicio contratado.

Precios a la vista

Deberán estar a la vista del público y ser respetados.

Conserva tu boleto

Durante y después de tu viaje, será tu comprobante para cualquier aclaración o queja. No se puede aplicar ajuste alguno a los boletos adquiridos con anterioridad a un incremento tarifario.[1]

Equipaje permitido

Puedes conservar en tu poder los bultos que por su volumen y naturaleza puedan llevarse a bordo sin que ocasionen molestias a los pasajeros ni comprometan la seguridad. También tienes derecho a que se te admita en el mismo vehículo, como equipaje y libre de pago por cada boleto, un máximo de 25 kg. La empresa te debe proporcionar el comprobante que ampare tu equipaje.[2]

Reembolsos

Si tu autobús se retrasó por más de dos horas y no deseas realizar el viaje, tienes derecho a solicitar el reembolso del importe de tu boleto.[3]

[1]Artículo 29, fracción VI del Reglamento de la Ley de Autotransporte Federal y Servicios Auxiliares.
[2]Artículo 29, fracciones II, III y IV del Reglamento de la Ley de Autotransporte Federal y Servicios Auxiliares.
[3]Artículo 29, fracción V del Reglamento de la Ley de Autotransporte Federal y Servicios Auxiliares.

Tus obligaciones como pasajero

- Consulta los términos y condiciones del servicio de transporte adquirido.
- Brinda a la línea de autobuses información y datos personales veraces al momento de la compra del boleto.
- Presenta documentos oficiales de identificación cuando te lo solicite la línea de autobuses.
- Llega a tiempo y cumple las normas de operación y seguridad.
- Ocupa el asiento asignado, a menos que personal de la línea de autobuses autorice o solicite justificadamente usar uno distinto.
- Revisa la vigencia de las ofertas y promociones.
- Checa la publicidad.
- Asegúrate de conocer el precio total a pagar por la transportación, si es el caso, en los servicios adicionales y compara opciones.

Descuento a maestros, estudiantes y adultos mayores

Las compañías de autotransporte tienen la obligación de aplicar los siguientes descuentos:

- 50% a 2 adultos mayores por autobús, presentando credencial del Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores (Inapam).[4]
- 25% a dos maestros y 50% a ocho estudiantes por autobús en los servicios de primera y económico durante el periodo vacacional establecido por la Secretaría de Educación Pública (SEP). Se deberá mostrar credencial vigente de estudiante o docente.[5]

Seguro de viajero

Toda compañía de autotransporte federal de pasajeros tiene la obligación de contar con él, este debe amparar gastos médicos y la indemnización por muerte en caso de accidentes. Además, debe responder por la pérdida o daños que sufra el equipaje de los pasajeros, desde que abordan hasta que descienden del vehículo, siempre y cuando estos conserven su boleto y/o comprobante del equipaje.[6]

[4]Acuerdo por el que se autoriza la tarifa especial para ancianos afiliados al Instituto Nacional de la Senectud (INSEN), disponible en http://dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=4708900&fecha=07/01/1982

[5]Circular relativa a los descuentos del 25 y 50% que deberán otorgar los prestadores de servicios ferroviarios de pasajeros y autotransporte federal de pasajeros a maestros y estudiantes respectivamente, que utilicen sus servicios en los periodos vacacionales aprobados por la Secretaría de Educación Pública, disponible en: https://dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5492415&fecha=31/07/2017

[6]Artículos 7 y 70 del Reglamento de Autotransporte Federal y Servicios Auxiliares.

¿Qué hacer si tu proveedor incumplió?

Si al contratar un servicio terrestre de transporte de pasajeros el proveedor incumplió con la prestación del servicio y se negó a la solución correspondiente, puedes presentar tu queja ante Profeco, tienes un año para hacerlo. Consulta si el proveedor participa en:

Consulta si el proveedor participa en:
Conciliaexprés (http://telefonodelconsumidor.gob.mx/jsp/requerimientos-llamada.jsp)
o **Concilianet** (https://concilianet.profeco.gob.mx/Concilianet/proveedores_que_concilian.jsp).

Ahí puedes presentar y dar seguimiento a tu queja sin necesidad de acudir a alguna oficina de Profeco. Si el proveedor no participa en dichos mecanismos, localiza la Oficina de Profeco más cercana a tu domicilio, solo ingresa a https://www.gob.mx/profeco/acciones-y-programas/oficinas-de-defensa-del-consumidor-en-el-pais.

Para mayor información o asesoría comunícate al: Teléfono del consumidor

Teléfono del Consumidor, 55 5568 8722 y 800 468 8722 (lada sin costo) de lunes a viernes de 9:00 a 19:00 horas; sábados, domingos y días festivos de 10:00 a 18:00 horas.

http://telefonodelconsumidor.gob.mx/

WhatsApp: 55 8078 0485, 55 8078 0488 y 55 8078 0344.

Twitter: @Profeco, @AtencionProfeco

Facebook/Profeco Oficial

CONSUMO RESPONSABLE

LA COMPENSACIÓN ES TU DERECHO

Haz valer tus derechos, conócelos y empodérate como consumidor.

Tiempo de lectura: 2 minutos 30 segundos.

La bonificación o compensación es el derecho que tienes para recibir un pago extraordinario —el cual no podrá ser menor al 20% del precio pagado—, cuando el proveedor incumpla sus obligaciones. Por ejemplo:

- Si te vende un producto de mala calidad, no corresponde al solicitado o no cumple con las normas, tienes derecho a que se te reponga o te devuelvan tu dinero, más una bonificación.

- Cuando la prestación de un servicio sea deficiente o no se preste o proporcione por causas imputables al proveedor –no te entrega a tiempo tu pedido o cancela tu compra unilateralmente–, puedes pedir el reembolso del precio pagado más la compensación.

Cuando aplique la devolución de la cantidad pagada, esta se efectuará utilizando la misma forma de pago con la que realizaste la compra, pudiendo hacerse por una forma de pago distinta si lo aceptas al momento en que se efectúe la devolución.

¿Cuándo deben compensarte?

Te mostramos algunos ejemplos de cuándo un proveedor debería compensarte.

Compraste un boleto para un concierto y se canceló

Si, por ejemplo, pagaste $300 pesos por un concierto y no se realizó, te deben devolver tal cual los $300. Pero si además el concierto se cancela por causas del organizador, entonces, aparte del reembolso, mereces una compensación. Es decir, te deben pagar un total de $360 pesos, como mínimo, ya que la compensación no puede ser menor al 20% del precio que hayas pagado originalmente.

Se retrasó tu vuelo

Si el retraso o demora es atribuible a la aerolínea te deben compensar, como mínimo, de acuerdo a:

Mayor a 1, pero menor a 4 horas:
Proporcionar descuentos para vuelos posteriores hacia el mismo destino y/o alimentos y bebidas, como mínimo.

Mayor a 2, pero menor a 4 horas:
En caso de descuento, el mismo no debe ser menor al 7.5% del precio del boleto.

Si el proveedor no respeta tu derecho a la compensación, la Profeco te respalda.

Se retrasó tu vuelo más de 4 horas o se canceló

Si la aerolínea es responsable tienes la opción de elegir:

a) El reintegro del precio del boleto o la parte no realizada del viaje más una indemnización no inferior al 25 % del precio del boleto o de la parte no realizada del viaje; o

b) A transporte sustituto en el primer vuelo disponible, alimentos y, en su caso, alojamiento y transporte terrestre desde y hacia el aeropuerto; o

c) A transporte en fecha posterior al mismo destino y una indemnización no inferior al 25% del precio del boleto o de la parte no realizada del viaje.

La indemnización a que refieren los incisos a) y c) debe pagarse por la aerolínea en un periodo máximo de 10 días naturales.

Papelito habla

Para hacer efectiva la compensación debes tener tu ticket o comprobante de compra. Si el proveedor se niega, tienes hasta un año para presentar tu queja en la Profeco.

Para mayor información o asesoría comunícate al

Teléfono del consumidor

(55)5568 8722 - 800 4688722

de lunes a viernes de 9:00 a 19:00 horas; sábados, domingos y días festivos de 10:00 a 18:00 horas.

55 8078 0485
55 8078 0488
55 8078 0344

@Profeco
@AtencionProfeco

Profeco Oficial

Fuentes
- Procuraduría Federal del Consumidor. (17 de septiembre del 2020). Derechos Básicos del Consumidor, en https://www.gob.mx/profeco/documentos/derechos-basicos-del-consumidor?state=published. Consultado el 10 de octubre del 2021.
- Ley Federal de Protección al Consumidor, Artículos 92, 92 Bis y 92 Ter.
- Ley de Aviación Civil, artículo 47 Bis, fracciones V, VI y X.

TASA CERO EN PRODUCTOS DE GESTIÓN MENSTRUAL

Tiempo de lectura: 5 minutos.

Con ella se busca beneficiar a más de la mitad de la población mexicana.

A partir del 1 de enero de 2022, la tasa del Impuesto al Valor Agregado (IVA) para productos de gestión menstrual será de 0%, conforme a la Miscelánea Fiscal 2022.

México es de los primeros países de América Latina en implementar una política tributaria respecto a los productos de higiene menstrual.

Toallas sanitarias, tampones y copas menstruales estarán sujetos a la tasa 0%.

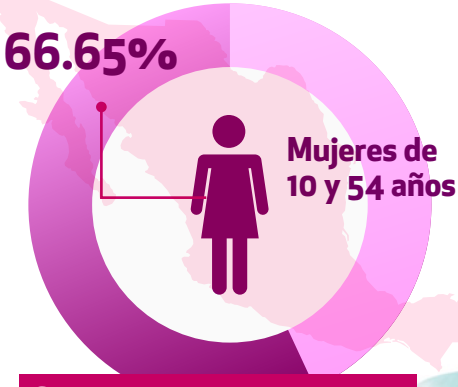
Objetivo de la política de Tasa 0%

Brindar mayores condiciones de igualdad de género especialmente para niñas y adolescentes en situación de pobreza cuya salud y educación están en riesgo.

Se busca que los ingresos no recaudados por el Gobierno, derivados de la tasa 0%, se transfieran de forma generalizada y en la mayor proporción posible a los hogares mexicanos.

Es un gran cambio para quienes consuman estos productos.

La menstruación en México



64.4 millones de mujeres

De acuerdo a la Encuesta Nacional de Ingresos y Gastos de los Hogares (ENIGH) 2018, en México residían 64.4 millones de mujeres. Las mujeres de entre 10 y 54 años representan 66.65% de esta población.

43%

El Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF, por sus siglas en inglés) estima que:

- El 43% de niñas y adolescentes en México prefieren quedarse en casa, que ir a la escuela durante su periodo menstrual.

Es posible que muchas de ellas dejen de asistir a clases e interrumpan su aprendizaje, lo que hará que disminuya su participación activa en la sociedad y genere desigualdad.

Productos de Gestión Menstrual

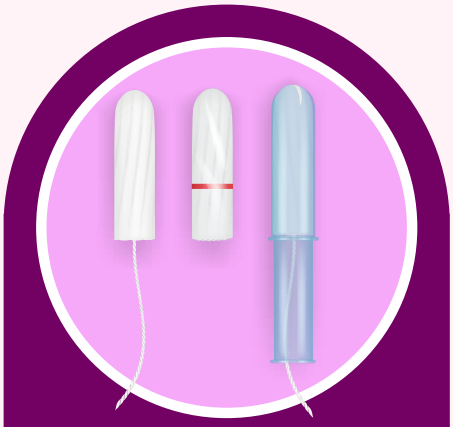
La menstruación es un proceso biológico que no se elige y que está presente en más de la mitad de la población mexicana. Para gestionarlo se requiere de diversos productos, como toallas sanitarias, tampones o copas menstruales y recursos mes a mes, lo cual evidencia situaciones de desigualdad.

Estos son los únicos productos que entran en la Tasa 0%:

Toalla sanitaria

Durante la Primera Guerra Mundial las enfermeras notaron que la celulosa resultó ser 5 veces más absorbente que el algodón común.

Fue así como con los remanentes de estas vendas de tela ultra absorbentes se inició la creación de las toallas sanitarias.



Tampón

El tampón moderno se inventó en 1929, por Earle Haas; aunque fue patentado hasta 1931. El producto permanece sin grandes cambios el día de hoy.

El tampón permitía mayor libertad de movimiento, comodidad y seguridad para las mujeres, sobre todo les permitió adaptarse a empleos diseñados para hombres en los que no estaban pensadas las necesidades para la gestión de la menstruación.

Copa menstrual

En los años 30 la estadounidense Leona W. Chaimers presentó la copa menstrual, pero se siguieron produciendo patentes hasta 1963 ya que se decidió que no era rentable por la falta de látex y el poco éxito comercial.

Fue hasta 1987 que apareció la copa menstrual de látex, reutilizable y en dos tamaños. En el 2000 se fabricó la primera copa menstrual de silicona, con lo que comenzó su mercantilización y uso en aquellos espacios con condiciones de salubridad adecuadas.

PARA SABER

Uso de los productos de gestión menstrual

Se recomienda el cambio de toallas sanitarias o tampones cada 4 horas, por lo que en promedio se utilizan:

De **20 a 30** de estos productos al mes.

300 toallas toallas o tampones al año, aproximadamente.

De **10 a 15 mil** piezas a lo largo de la vida.

El precio por menstruar

13 mil toallas femeninas y tampones, aproximadamente, se utilizarán si se comienza a menstruar a los 13 años y a los 50 años llega a la menopausia.

$30,000, aproximadamente, sería el gasto en tampones a lo largo de la vida si se considera que el precio promedio es de $4 por cada uno.

$26,000, en promedio, sería el gasto en toallas sanitarias a lo largo de la vida si se considera que el precio es de $2 a $3 por cada una.

¿Cuál será su impacto?

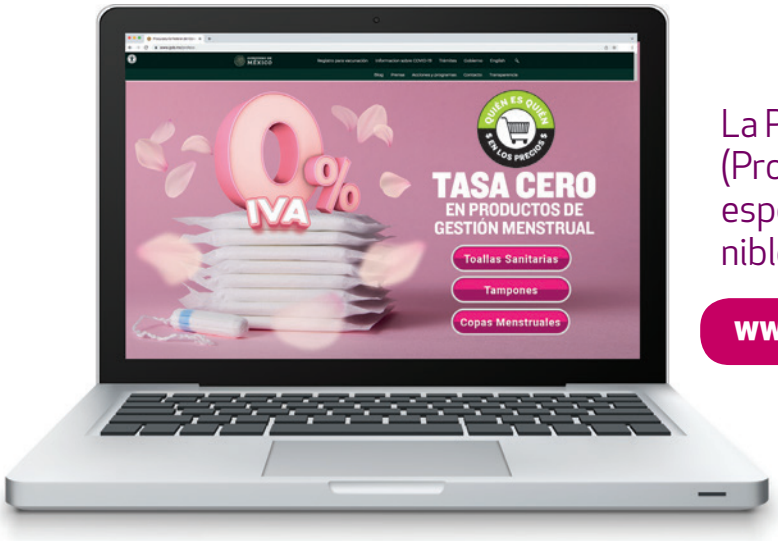
Se espera una disminución paulatina en los precios de toallas sanitarias, tampones y copas menstruales a partir de este mes (cuando entra en vigor la tasa 0% de IVA) y con ello contribuir al consumo de este producto de primera necesidad para más de la mitad de la población del país.

La variación puede ser menor al 16% debido a:

- Alza de precios en insumos.
- Costos de importación.

Para lograr una reducción efectiva es necesaria la colaboración entre los principales actores del mercado y Gobierno.

Portal de información para el consumidor



La Procuraduría Federal del Consumidor (Profeco) plantea la creación de un portal especializado en el tema que estará disponible en la siguiente dirección electrónica:

www.consumidoras.profeco.gob.mx

Consumidoras informadas

En dicho portal podrás visualizar información referente a las características de una diversidad de productos destinados a la gestión menstrual y los precios a los que los ofertan los principales comercializadores. Con ello podrás tomar mejores decisiones de compra.

Los precios que se muestran deben ser considerados como precios referencia. La información se actualizará mensualmente.

La Profeco trabaja para ti

La Procuraduría vigilará los precios de diversos productos de gestión menstrual para informar sobre posibles alzas sin justificación que afecten el poder de compra de las personas consumidoras.

Teléfono del consumidor

Cualquier incumplimiento de los productores podrás notificarlo al Teléfono del Consumidor (Telcon) **55 5568 8722** para la Ciudad de México y área metropolitana o al **800 962 8000** (lada sin costo) para el interior de la República.

Fuentes

- Cámara de Diputados. Iniciativa con proyecto de decreto que reforma el artículo 115 de la Ley General de Educación en materia de higiene menstrual, en https://infosen.senado.gob.mx/sgsp/gaceta/64/2/2020-06-10-1/assets/documentos/Inic_MC_Dip_Martha_Tagle_art_115_LGE.pdf. Consultado el 8 de octubre del 2021.
- Dominguez Rivas, M. I. y Vázquez Correa, L. (abril, 2021). Instituto Belisario Domínguez, Senado de la República. Menstruación libre de impuestos: una lucha contra la discriminación tributaria. Cuadernos de investigación en finanzas públicas, en http://bibliodigitalibd.senado.gob.mx/bitstream/handle/123456789/5241/1%20Publicacion.pdf?sequence=1&isAllowed=y. Consultado el 11 de octubre del 2021.
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF). Higiene menstrual. La menstruación es algo natural. https://www.unicef.org/mexico/higiene-menstrual. Consultado el 11 de octubre del 2021.
- Miscelánea fiscal plantea tasa cero de IVA en productos de gestión menstrual y alimento para mascotas, en https://comunicacionsocial.senado.gob.mx/informacion/comunicados/822-miscelanea-fiscal-plantea-tasa-cero-de-iva-en-productos-de-gestion-menstrual-y-alimento-para-mascotas. Consultado el 11 de octubre del 2021.

ENTORNO DIGITAL

Tu huella en Internet

Conoce el rastro que dejas al navegar en la red y lo que implica.

Tiempo de lectura: 2 minutos 30 segundos.

Los registros y los rastros que dejas cada vez que usas Internet reciben el nombre de huella digital. Ya sea el acceso a redes sociales, compartir una publicación, ver videos, escuchar música, así como cualquier actividad que realices a través de cualquier dispositivo electrónico deja rastros que revelan tus gustos y preferencias.

Cada movimiento que haces en la red queda registrado y forma tu perfil.

¿Cómo se crea la huella digital?

Se crea por medio de archivos de texto, "*cookies*", que los sitios *web* envían a tu navegador y sirven para recopilar datos de nuestra actividad en Internet, recordándote búsquedas recientes o para mostrarte publicidad personalizada.

También se puede rastrear tu actividad en línea a través del uso del teléfono celular, computadoras o cualquier otro aparato que se conecte a Internet, ya sea a través del seguimiento del uso de las aplicaciones instaladas o usando tu identidad en los distintos dispositivos que utilizas.

Ventajas y desventajas de la huella digital

Ventajas

- Te permite iniciar sesión automáticamente en sitios *web*.
- Puedes almacenar datos personales para acceder a los sitios que más usas.
- Puede mejorar la experiencia de uso al navegar en Internet.

Desventajas

- Informan sobre los sitios *web* que usas y las cosas que buscas.
- Permiten conocer quiénes son las personas con las que interactúas.
- Contribuyen a crear una reputación en línea o un perfil.
- Permiten que otros sigan tus actividades.
- Son visibles para organizaciones o personas con las que no tenemos ninguna relación.
- Son utilizadas para crear perfiles sobre nosotros, ya sea para fines comerciales o para rastrearte en beneficio de quien las usa.
- Pueden representar riesgos para tu privacidad.

¿Cómo puedes borrar tu huella digital?

Es muy difícil deshacerte por completo de ella, pero existen ciertas recomendaciones que te permitirán configurar tus dispositivos y cambiar los ajustes de privacidad:

En los navegadores

En opciones de privacidad:

- Elimina frecuentemente las *cookies* y los datos de almacenamiento.
- Establece los permisos para las páginas que utilizas.
- Activa el modo de navegación privada.

En los teléfonos o tabletas

En configuración o ajustes de privacidad:

- Deshabilita los anuncios personalizados o control de rastreo.
- Limita los permisos de localización, de acceso a contactos y los que consideres necesarios.

En las computadoras

En configuración:

- Busca y cambia las opciones de privacidad.
- Desactiva las opciones de seguimiento y de contenido relevante.
- Desactiva los permisos de ubicación y administra las aplicaciones que pueden acceder.

Todo suma

Protégete, ya que cada rastro que dejas, por muy pequeño que sea, cuando se unen pueden crear un perfil completo sobre ti.

Fuentes
- FTC (mayo 2021). Cómo proteger su privacidad en línea. Consultado el 19 de octubre de 2021 de: https://www.consumidor.ftc.gov/articulos/como-proteger-su-privacidad-en-linea
- Internet Society (2021) Learning. Huellas digitales. Consultado el 18 de octubre de 2021 de: https://www.internetsociety.org/es/learning/huellas-digitales/
- UNAM (s.f.) Desarrollo de Capacidades Informativas Digitales y Comunicaciones. Huella Digital. Consultado el 18 de octubre de 2021 de: https://www.bibliotecacentral.unam.mx/index.php/desarrollo-de-capacidades-informativas-digitales-y-comunicacionales/huella-digital

LA SALUD DESDE LA ALIMENTACIÓN

Alimentarse correctamente es una de las mejores decisiones que puedes tomar.

Tiempo de lectura: 2 minutos 30 segundos.

Una mala alimentación puede derivar en diferentes patologías, como enfermedades cardiovasculares, diabetes, hipertensión, entre otras. De ahí la importancia de cambiar lo que se lleva a la mesa.

Eres lo que comes

De acuerdo con los expertos en primer lugar hay que controlar la calidad de los alimentos que se consumen. Es decir, seguir una dieta saludable, con una base rica en frutas y verduras, evitando los productos procesados y dejándolos únicamente para ocasiones muy puntuales.

En segundo lugar está la variedad. La dieta debe ser equilibrada para que le aporte a tu organismo todos los nutrientes que necesita para funcionar. Una buena alimentación mejora la salud de forma integral: desde la salud cardiovascular hasta la salud bucal. Este cuidado en la alimentación, a la larga, te evitará visitas y gastos médicos.

Come mejor

Es importante que las frutas y las verduras frescas, las carnes blancas o el pescado formen parte de tu dieta habitual y sustituyan, en la medida de lo posible, a los productos procesados. Procura variar los alimentos que consumes, reduce tu consumo de grasas saturadas, sal, azúcar y azúcares.

Una alimentación balanceada previene enfermedades.

Alimentación saludable y ahorro

Comer sano no es caro. La alimentación saludable y el ahorro pueden ir de la mano.

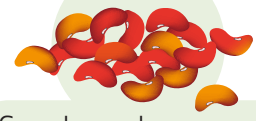
Planifica tus comidas de forma semanal y haz las compras una vez por semana.

Haz una lista de los alimentos que consumes frecuentemente y consúltala.

Revisa la comida que tienes en casa para evitar terminar tirándola.

Compra frutas y verduras de temporada. Estarán más frescas.

Si te es posible inicia tu huerto en casa.



Cuando puedas, compra a granel, la diferencia de precio suele ser considerable.

Si no se te da cocinar, consulta el Platillo Sabio Profeco.

Cuando cocines puedes congelar. La productividad es máxima y el ahorro también.

Siempre que puedas lleva tu comida al trabajo o escuela.

Una alimentación saludable no es restringirte. No sientas que te privas de algo, sino todo lo contrario, estás invirtiendo en tu salud.

Fuentes
• Alimentación saludable y ahorro: es posible y te enseñamos cómo, en https://www.vivus.es/blog/alimentacion-saludable-y-ahorro. Consultado el 26 de octubre del 2021.• Organización Mundial de la Salud.
• ¿Cómo influye la alimentación en nuestra salud?, en http://www.policlinicaprades.com/blog/como-influye-alimentacion-salud. Consultado el 26 de octubre del 2021.

NADIE AFUERA

DIVERSIDAD LINGÜÍSTICA EN MÉXICO

Nuestra constitución reconoce 68 lenguas indígenas.

Tiempo de lectura: 2 minutos 30 segundos.

En colaboración con el:

GOBERNACIÓN
SECRETARÍA DE GOBERNACIÓN

CONAPRED
CONSEJO NACIONAL PARA PREVENIR LA DISCRIMINACIÓN

Hasta hace no mucho se decía que la lengua oficial de nuestro país era el español, y que lo que otras personas utilizaban para comunicarse eran dialectos con menor valor y complejidad. Es por ello que las comunicaciones oficiales, los libros de texto y la información de interés general solo se ofrecía en castellano.

Panorama actual

En el 2020 se reformó la Constitución para reconocer a las 68 lenguas indígenas habladas en el país como lenguas oficiales. Esta reforma también reconocía que el Estado mexicano debería impulsar una política lingüística multilingüe, es decir, que alternara el uso del español con todas las lenguas indígenas, tanto en ámbitos públicos como privados.

México y sus Lenguas Indígenas

De acuerdo con el Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI), en nuestro país 6% de las personas de 3 años y más hablan alguna lengua indígena. Las que más se utilizan son:

- Náhuatl
- Maya
- Tzeltal

Las entidades que tienen más hablantes de estas lenguas son:

- Oaxaca
- Chiapas
- Yucatán

Hay que señalar que no todas las personas que se reconocen como indígenas hablan alguno de los idiomas originarios, ya que por causa de la discriminación muchas familias ya no los enseñan a las personas más jóvenes.

¿Qué hacer ante esto?

Es fundamental acabar con todos los prejuicios y estereotipos en torno a las personas hablantes de lenguas indígenas, ellas no son menos trabajadoras ni más conflictivas. Sus costumbres y tradiciones tampoco las hacen menos valiosas, al contrario, aportan mucho con su cultura y cosmovisión al desarrollo nacional.

Resulta necesario pensar que toda la información y comunicaciones relevantes –por ejemplo, las que se refieren a los servicios públicos, la protección civil en caso de desastre o las campañas de vacunación, entre otras– tienen que ofrecerse en lenguas indígenas y, también, con recursos de oralidad que son los fundamentales para su transmisión. Si no se hace esto se excluye a muchas personas de sus derechos y oportunidades.

Aún hay discriminación

Lo anterior muestra que todavía hoy hablar una lengua indígena genera discriminación. La Encuesta Nacional de Discriminación (ENADIS) 2017 consigna algunos datos relevantes sobre esta población:

13% de ellas y ellos no saben leer ni escribir.

11% no tienen ningún grado de escolaridad.

8% tienen acceso a la educación superior.

Casi la mitad de las mujeres tienen como principal actividad el trabajo de hogar no remunerado.

Solo **13%** tienen contrato laboral

y **15%** prestaciones médicas.

Lengua de señas

La Constitución también reconoce a la lengua de señas mexicana como parte de la diversidad lingüística. Esta permite que las personas con discapacidad auditiva puedan expresarse y comunicarse sin usar sonidos.

Como las lenguas indígenas, se trata de un recurso que es tan complejo y rico como el español y que debería ser de conocimiento generalizado, particularmente por funcionarias y funcionarios públicos. Así, no dejar a nadie atrás y no dejar a nadie afuera implica reconocer que México se dice, se escribe y se comunica de muchas maneras.

PROGRAMAS DEL INAPAM PARA ADULTOS MAYORES

Conoce algunos beneficios que otorga este instituto a quienes tienen 60 años o más.

Tiempo de lectura: 2 minutos 30 segundos.

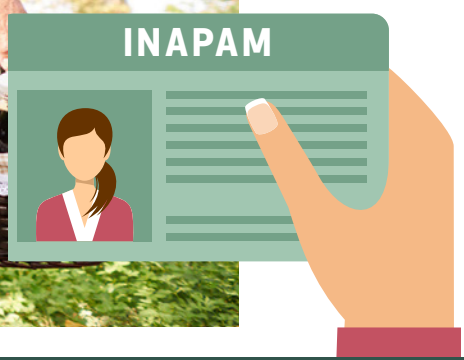
En colaboración con el:

INAPAM
INSTITUTO NACIONAL DE LAS PERSONAS ADULTAS MAYORES

El Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores (Inapam) desarrolla los siguientes programas para quienes tienen 60 años o más:

Credencialización

La credencial, además de funcionar como un medio de identificación, sirve para acceder a descuentos en pago de predial y servicios de agua potable, en bienes y servicios, acceder a servicios de vinculación productiva, jurídicos, médicos y de estancias temporales o permanentes. Además de tener acceso a actividades recreativas, culturales y de activación física en centros culturales y clubes, así como en el Centro de Atención Integral del Instituto.



Albergues

Son espacios en donde se brinda atención gerontológica integral a las personas adultas mayores, con atención médica de primer nivel, rehabilitación física, estimulación cognitiva, entre otros. En la modalidad de estancia permanente las 24 horas del día los 365 días del año para favorecer su bienestar y el ejercicio de sus derechos humanos.

Asesoría Jurídica

El Inapam ofrece apoyo y asesoría jurídica en materia familiar, civil, de arrendamiento, así como en cualquier otro trámite administrativo.

Entre los servicios que otorga están:

- Asesoría en Jurisdicción voluntaria.
- Medios preparatorios a juicio.
- Arrendamiento inmobiliario.
- Terminación de comodato.
- Prescripción.
- Otorgamiento y firma de escritura.
- Juicio sucesorio testamentario.
- Juicio sucesorio intestamentario.

Centros Culturales

Ofrecen diversas actividades socioculturales, ocupacionales, artísticas, de activación física y recreativas orientadas a promover un envejecimiento activo con el fin de contribuir a potenciar el bienestar de las personas adultas mayores.

Centro de Atención Integral

Se otorgan servicios de consulta médica integral especializada de primer nivel de atención. La finalidad es detectar, controlar y dar seguimiento a las enfermedades crónicas, aplicar acciones preventivas oportunas, mejorar el entorno familiar y fomentar el autocuidado en las personas mayores.

Clubes Inapam

Son espacios comunitarios donde se reúnen e interactúan las personas adultas mayores, se ofrecen diversas alternativas de formación y desarrollo humano, de corte educativo, cultural, deportivo y social.

Recuerda que las personas mayores de 65 años tienen derecho a una pensión de $3,100 bimestrales

Residencia de Día

Brinda atención integral especializada a personas adultas mayores en condiciones de vulnerabilidad que no pueden permanecer solos durante el día o que les interese realizar las acciones que se brindan en las residencias, promoviendo así su seguridad, autocuidado, socialización y bienestar.

Centros Gerontológicos

El Sistema Nacional para el Desarrollo Integral de la Familia (SNDIF) lleva a cabo una estrategia de atención en Centros Gerontológicos.

El SNDIF cuenta con cuatro centros, espacios dignos y seguros que favorecen una mejor condición de vida de las personas adultas mayores, en este sentido el sector debe ser protegido de forma integral y se debe promover el ejercicio de sus derechos.

Vinculación Productiva para Personas Adultas Mayores

Busca la instrumentación de acciones para promover el acceso al *empleo formal*, el cual retribuye un salario y prestaciones de ley. Así como acciones para el Empacador Voluntario quienes desarrollan una ocupación voluntaria acorde a su funcionalidad y disponibilidad de horario, en espacios cercanos a su lugar de residencia en el que se genera un ingreso económico inmediato.

¿Dónde están ubicados?

Los dos Centros Nacionales Modelos de Atención, Capacitación e Investigación Gerontológica se encuentran ubicados en la Ciudad de México, mientras que las dos Casas Hogar para Ancianos se ubican en Cuernavaca, Morelos, y en Oaxaca de Juárez, Oaxaca. Estos centros brindan atención mediante dos modalidades de albergue: de residencia y de día.

CIENCIA PARA TODOS

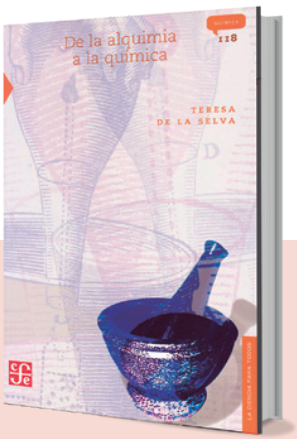
Acércate a este apasionante mundo y amplía tus horizontes.

Tiempo de lectura: 2 minutos 30 segundos.

Por Antonio Hernández Estrella

Desde la década de los 80 del siglo pasado, el Fondo de Cultura Económica ha publicado libros que acercan a todo el público al mundo de la ciencia; te presentamos algunos de ellos.

En colaboración con el:
FONDO DE CULTURA ECONÓMICA



DE LA ALQUIMIA A LA QUÍMICA

Con personajes imaginarios, al hojear estas páginas el lector hará un viaje ficticio, lleno de sentido y también posible, al lado de las inteligencias y voluntades reales que lucharon para hallar respuestas a preguntas que nos guiarán, desde la complejidad y la oscuridad de la alquimia, hasta la sencillez y luminosidad de la teoría atómica de Dalton y de Avogadro.

En esencia aquí encontraremos una historia amena y sencilla de la química en la cual las teorías científicas se recrean con anécdotas y hasta episodios cómicos de la época. Teresa de la Selva es doctora en Física por la UNAM.

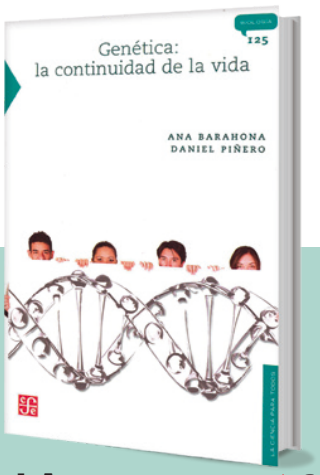
Características
162 páginas, tamaño 21 x 14 cm, rústico.

Colección La Ciencia Para Todos
Fondo de Cultura Económica
Tercera edición
2003

ISBN 978-968-166-909-6

Precio de Venta:
$85.00

Precio de Libro Electrónico:
$46.00



GENÉTICA. LA CONTINUIDAD DE LA VIDA

¿Por qué los hijos se parecen a sus padres?, ¿qué son los genes y qué sabemos de ellos?, son algunas de las preguntas más generales a las que la genética responde y que este libro nos muestra.

La autoría es de Ana Rosa Barahona, doctora en Ciencias por la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM), y del biólogo Daniel Piñero, doctorado por la Universidad de Davis de California, EUA.

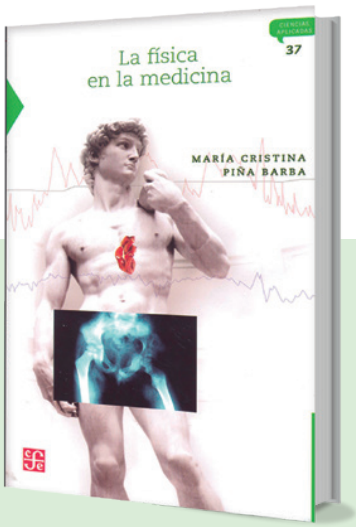
Características
152 páginas, tamaño 21 x 14 cm, rústico.

Colección La Ciencia Para Todos
Fondo de Cultura Económica
Tercera edición
2002

ISBN 978-968-166-601-9

Precio de Venta:
$75.00

Precio de Libro Electrónico:
$46.00



LA FÍSICA EN LA MEDICINA

Existe una relación indisoluble entre las ciencias médicas y las ciencias físicas. No se explican unas sin las otras. Por eso existen en la actualidad la nueva química, las ingenierías aplicadas, la medicina espacial, por ejemplo.

Las aplicaciones de la física en la medicina son innumerables: desde el tratamiento de enfermedades y lesiones mediante terapias físicas, tales como masajes, ejercicios, el uso de calor, frío y agua hasta el desarrollo de prótesis y aparatos médicos; también la diagnosis de tumores y problemas en los riñones o el cerebro por medio de sustancias radiactivas, y hasta en la utilización de biomateriales —que son sustancias farmacológicamente inertes, como la madera o la piel— para remplazar y restaurar tejidos u órganos vivos.

María Cristina Piña expone esta relación de manera sencilla y accesible con la intención de que todos los lectores se interesen en aplicar sus conocimientos en la creación de tecnologías y herramientas que tanta falta hacen en los hospitales, clínicas y en el mismo hogar.

Características
119 páginas, tamaño 21 x 14 cm, rústico.

Colección La Ciencia Para Todos
Fondo de Cultura Económica
Tercera edición
2002

ISBN 978-968-166-624-8

Precio de Venta:
$70.00

Precio de Venta en libro electrónico:
$49.00

ANIMALES DESCONOCIDOS: RELATOS ACAROLÓGICOS

Parientes de las arañas y los alacranes, los ácaros artrópodos, en su mayoría microscópicos, asombran por su número (10 millones de especies) y su capacidad de adaptación. Su antigüedad en el planeta es tan larga como la de los insectos.

Debido a su reducido tamaño los estudios acerca de los ácaros han sido todavía muy limitados, pese a que tienen una presencia decisiva en la evolución y la salud de los hombres a lo largo de los siglos.

El estudio de estos bichos es importante, ya que se encuentran siempre entre nosotros y habitan en los lugares más insólitos. Su autora Anita Hoffman (1919-2007) se doctoró en Biología y fue maestra emérita por la Facultad de Ciencias de la UNAM.

Características
129 páginas, tamaño 21 x 14 cm, rústico.

Colección La Ciencia Para Todos
Fondo de Cultura Económica
Tercera edición
2003

ISBN 978-968-166-951-5

Precio de Venta:
$77.00

EN NÚMEROS

CACAO Y CHOCOLATE

Conoce algunos datos sobre ellos y su importancia para México.

1 Las semillas de cacao se encuentran dentro de una mazorca en forma de baya que mide 30 cm de largo y 10 cm de diámetro.

2 El chocolate aporta energía, ya que 100 g contienen glúcidos, fibras, proteínas, vitaminas A, B, B2, hierro, potasio, magnesio, calcio, fósforo, flúor y calorías.

3 México es el 14° productor mundial de cacao.

4 El consumo anual per cápita de cacao es de 0.6 kg.

5 De noviembre a febrero se obtiene la mayor cantidad de producción en el año.

6 5 de cada 1000 kg de cacao que se producen en el mundo se cosechan en nuestro país.

7 Las principales entidades productoras de cacao son: Tabasco, Chiapas y Guerrero.

8 En 2020 Tabasco produjo 18,000 toneladas, lo que representa 64.3% de la cosecha del país.

9 En el mundo, México es de los principales países exportadores de algunos productos del chocolate, sus preparados (bloques, tabletas, barras, entre otros) y confitería.

10 Nuestro país ocupa el primer lugar en las exportaciones mundiales de cacao en polvo con adición de azúcar u otro edulcorante.

11 Dos terceras partes de la producción del chocolate y sus productos se destinan al consumo privado de los hogares mexicanos, el resto se exporta.

Fuentes
• Secretaría de Agricultura y Desarrollo Rural (SADER). Servicio de Información Agroalimentaria y Pesquera (SIAP). Panorama Agroalimentario 2020, en https://www.gob.mx/siap. Consultado el 15 de noviembre del 2021.
• Asociación Nacional de Fabricantes de Chocolates, Dulces y Similares A.C. https://confimex.org.mx/, Consultado el 15 de noviembre del 2021.
• Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI). Comunicado de prensa núm. 505/21 31 de agosto de 2021, en https://www.inegi.org.mx/. Consultado el 15 de noviembre del 2021.

ALERTAS

PRODUCTO:
VEHÍCULOS AUDI A4 1997, 1998 Y 1999, S4 1999, A6 1998-1999, A8 1998-1999, CABRIO 1998, TT 1999.

Alerta No. 81/2021

CANTIDAD:
2,863 unidades.

EMPRESA:
VOLKSWAGEN DE MÉXICO, S.A. DE C.V.

RIESGO Y/O DESPERFECTO:
En caso de accidente la bolsa de aire ubicada del lado del conductor podría no proteger adecuadamente al ocupante del vehículo, ya que podría activarse con retraso o el generador de gas podría no cargarla con aire suficiente.

SOLUCIÓN:
Se deberán revisar los vehículos y, en su caso, sustituir el generador de gas correspondiente a la bolsa ya mencionada.

Los propietarios podrán contactar a los Distribuidores Autorizados AUDI para más información. El servicio a realizarse no representará costo alguno para los consumidores.

VOLKSWAGEN DE MÉXICO, S.A. DE C.V. pone a disposición los siguientes medios para contacto: teléfono 800 849 2383 y correo electrónico mail@audi.com.mx.

PRODUCTO:
VEHÍCULOS FORESTER MODELOS 2015 A 2017.

Alerta No. 87/2021

CANTIDAD:
962 unidades.

EMPRESA:
SUBARU AUTOMOTRÍZ MÉXICO S.A. DE C.V.

RIESGO Y/O DESPERFECTO:
Mal funcionamiento en el sensor del sistema de detección en el asiento del copiloto debido a una disminución en la presión de contacto entre las terminales en el arnés de la alfombrilla. Esto generaría una mala conexión eléctrica que sea temporalmente inestable, ocasionando que se encienda la luz de advertencia de la bolsa de aire provocando su desactivación.

SOLUCIÓN:
Se inspeccionará a todos los vehículos afectados y de ser necesario se reemplazará el arnés mencionado. Se contactará a los propietarios mediante correo electrónico, llamadas telefónicas y al ingresar un vehículo a servicio, en cualquiera de los concesionarios SUBARU, se le informará al consumidor el boletín de servicio.

Los propietarios de un vehículo SUBARU, pueden llamar al 800 070 1010 o enviar un correo electrónico a atenciónaclientes@subaru-mx.com para dudas, aclaraciones o agendar una cita para la revisión, o bien consultar en http://www.subaru.com.mx/servicio.html, después de ingresar su número de identificación vehicular, si en su vehículo aplica algún boletín de servicio.

PRODUCTO:
VEHÍCULOS DE LA MARCA X-TRAIL HÍBRIDA 2018 A 2021.

Alerta No. 88/2021

CANTIDAD:
3,079 unidades.

EMPRESA:
NISSAN MEXICANA, S.A. DE C.V.

RIESGO Y/O DESPERFECTO:
El arnés del motor puede entrar en contacto con el soporte del módulo de control electrónico, esto podría dañarlo y causar un corto circuito que queme un fusible lo que provocaría la deshabilitación de la transmisión de potencia al motor de combustión y al motor eléctrico. Sin la transmisión de potencia se corre el riesgo de que el vehículo se detenga intempestivamente.

SOLUCIÓN:
Se instalará una cubierta protectora en el arnés del motor, sin costo para los clientes. Se les contactará por llamadas a teléfonos celulares o fijos, por correo electrónico, mensajes de texto y cartas dirigidas a sus domicilios, dependiendo del tipo de datos de contacto que hayan sido otorgados por los clientes y con los que cuente NISSAN MEXICANA, S.A. DE C.V.

Los vehículos involucrados ingresarán a servicio en los distribuidores autorizados NISSAN, ahí serán revisados para identificar la necesidad de aplicar la contramedida mencionada sin costo.

ECONOMÍA
SECRETARÍA DE ECONOMÍA

PROFECO
PROCURADURÍA FEDERAL DEL CONSUMIDOR

gob.mx/profeco